**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Коррекционная общеобразовательная**

**школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья р.п. Магнитка Кусинский район»**

456950, Россия, Челябинская область, Кусинский район, р.п. Магнитка ул. К. Маркса, д. 11

e-mail - [mskou@yandex.ru](mailto:mskou@yandex.ru), тел. / факс 8 (35154) 3-54-80

П Р О Г Р А М М А

Коррекционно-развивающих занятий «Тропинка к своему Я»

Подготовил:

Педагог-психолог 1 квалификационной категории

Аксёнова А.А.

**Пояснительная записка.**

**1.Программа составлена на основе:**

* Закона РФ «Об образовании» от 10.07.1992 г. № 3266 – 1 (в ред. от 24.04.2008 г.);
* Пособия О. Хухлаевой Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе.(1-4)- М.; «Генезис», 2006.-303 с.

**1.2.Актуальность:**

В школе-интернате обучаются дети, имеющие нарушения в познавательной сфере, эмоционально-волевой и поведенческой сферах. У большинства учащихся наблюдаются такие нарушения поведения как: аффективные реакции, отсутствие самоконтроля или его низкий уровень, замкнутость, тревожность и т.д. Кроме того, учащиеся младших классов не имеют достаточного опыта эмоционального реагирования на различные ситуации, уровень знаний о человеческих эмоциях, собственном «Я» низкий. Умственно отсталых школьников характеризуют следующие особенности поведения, эмоционального реагирования:

1. Низкая потребность в общении сочетается с дезадаптивными формами взаимодействия (отчуждение, избежание конфликтов).
2. Эмоциональная поверхность контактов: мимолетность, ситуативность, неустойчивость.
3. Импульсивное поведение и неадекватные способы выхода из конфликтов.
4. Общая незрелость (мотивационная, нравственная) определяет тенденцию данных детей к примитивной зависимости от более зрелых и активных, волевых членов коллектива.

Результатом реализации программы «Тропинка к своему Я» должно стать следующее:

-повышение интереса к собственному «Я», понимание особенностей своей личности, коррекция неадекватной самооценки;

-формирование умения бесконфликтно общаться с другими детьми;

-формирование адекватно реагировать на различные эмоциональные ситуации.

Данная программа основывается на миссии МКС(К)ОУ которая заключается в том, чтобы «Понять. Принять. Полюбить. Развить и научить» и реализует её на занятиях данного цикла. Учащиеся специальной (коррекционной) школы-интерната, страдая умственными недостатками, нарушением эмоционально-волевой сферы с самого начала пребывания в школе нуждаются в постоянном и последовательном обогащении своего мировосприятия, мироощущения, социального опыта. Очень важно сделать более мягким процесс адаптации, помочь ребенку влиться в школьную жизнь, приобщить к интересному миру школы, повысить учебную мотивацию, сформировать навыки бесконфликтного взаимодействия с взрослыми и сверстниками. Данная программа составлена с учетом психофизических особенностей учащихся с интеллектуальной недостаточностью. Курс рассчитан на 28 занятий на протяжении учебного года, из них 4 часа отведены на диагностику. Занятия проводятся 1 раз в неделю в подгруппах, длительность занятий 30 ми­нут.

**Проведение психопрофилактических занятий направлено на достижение следующих целей:**

Развитие эмоционально-личностной и духовно-нравственной сферы и коррекция ее недостатков.

Реализуются через:

**освоение знаний:**

* овладение азбукой выражения эмоций;
* изучение и управление различными эмоциями,

**овладение умениями:**

* элементам техники вырази­тельных движений;
* на использование выразительных дви­жений в воспитании эмоций и высших чувств;
* на приобре­тение навыков в саморасслаблении;
* на преодоление барьеров в общении;
* понимание себя и других;
* снятие психического напряжения;
* возможность самовыражения.

**коррекцию и развитие**

* мыслительной деятельности и речи через умение выражать свои мысли с использованием основных понятий;
* внимания, памяти, общей и мелкой моторики;
* коррекция поведения, настроения.

**воспитание:**

* доброжелательное отношение к сверстникам;
* умение общаться друг с другом бесконфликтно и дружелюбно.

**использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни:**

* решать конфликты мирным путем;
* дослушивать сверстников и педагога до конца, не перебивая их;
* формирование способности управлять эмоциями, понимания чувств других людей**.**

**2. Задачи**:

* снятие эмоционального и мышечного напряжения;
* развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях;
* совершенствование коммуникативных навыков и дружеских отношений в классе;
* воспитание межличностного доверия и группового сотруд­ничества;
* формирование способности управлять эмоциями, понимания чувств других людей**;**
* гармонизация аффективной сферы;
* профилактика и устранение встречающихся аффективных и негативистических проявлений и других отклонений в поведении;
* предупреждение и преодоление негативных черт личности и формирующегося характера;
* развитие и тренировка механизмов, обеспечивающих адаптацию ребенка к новым социальным условиям;
* создание условий для развития самосознания и формирования адекватной самооценки;
* развитие социальных эмоций, развитие коммуникативных способностей (в том числе стимуляция коммуникативной активности);
* создание условий, обеспечивающих формирование полноценных эмоциональных и деловых контактов с взрослыми и сверстниками).

*Формирование определенного комплекса умений:*

* ставить и удерживать цель деятельности, планировать действия, определять и сохранять способ действий;
* использовать самоконтроль на всех этапах деятельности;
* осуществлять словесный отчет о процессе в результатах деятельности;
* оценивать процесс и результат деятельности.

**Учебно-методическое обеспечение учебного курса:**

• Пособия О. Хухлаевой Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе.(1-4)- М.; «Генезис», 2006.-303

• Рабочая тетрадь для занятий «Тропинка к своему Я»

Соотношение часов по курсу КТП представлено в таблице:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Раздел по курсу, КТП | Количество  часов в КТП |
| 1-2 | Диагностика | 2 |
| 3 | Я – ученик | 1 |
| 4 | Кого можно назвать фантазёром? | 1 |
| 5 | Я умею фантазировать! | 1 |
| 6 | Мои сны | 1 |
| 7 | Я умею сочинять! | 1 |
| 8 | Мои мечты | 1 |
| 9 | Фантазии и ложь | 1 |
| 10 | Я и моя школа | 1 |
| 11 | Что такое лень? | 1 |
| 12-13 | Я и мой учитель | 2 |
| 14 | Как справляться с «Немогучками» | 1 |
| 15 | Я и мои родители | 1 |
| 16 | Я умею просить прощения | 1 |
| 17 | Почему родители наказывают детей? | 1 |
| 18 | Настоящий друг | 1 |
| 19 | Умею ли я дружить? | 1 |
| 20 | Трудности в отношениях с друзьями | 1 |
| 21 | Ссора и драка | 1 |
| 22 | Что такое сотрудничество? | 1 |
| 23 | Я умею понимать другого | 1 |
| 24 | Я умею договариваться с людьми | 1 |
| 25 | Мы умеем действовать сообща | 1 |
| 26 | Что такое коллективная работа? | 1 |
| 27-28 | Итоговая диагностика | 2 |
|  | Итого: | **28 часов** |

**Программа реализуется через следующие методы и приёмы обучения:**

Методы по характеру познавательной деятельности:

1. объяснительно-иллюстративный
2. наглядно-действенный
3. репродуктивный

Формы организации деятельности воспитанников: подгрупповые.

Формы занятий: с элементами моделирования ситуаций.

**В содержании:** методы арт- и сказкотерапии, коммуникативные, телесно-ориентированные и подвижные игры.

Занятия должны проводиться в кабинете, который приспособлен и имеет всё необходимое оборудование для реализации данной программы.

**Основные содержательные линии выстроены** с учетом возрастных и психофизических особенности развития учащихся, уровня их знаний и умений. Материал программы расположен по принципу усложнения и увеличения объема сведений. Последовательное изучение тем обеспечивает возможность систематизировано формировать совершенствовать у детей с ограниченными возможностями здоровья необходимые им навыки самостоятельности, взаимодействия в процессе выполнения заданий в парах, ориентировки в окружающем, которые помогут им действовать в соответствии с нормами и правилами, принятыми в обществе.

**Требования к уровню подготовки**

**знать:**

* понятия, свя­занных с переживаниями основных эмоций,

**уметь:**

* Понимать свои чувства и понимать чувства других.
* использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для соотнесения своих действий и поступков окружающих с исторически возникшими формами социального поведения.
* преодолевать школьные трудности, уменьшение аффективных и негативистических проявлений и других отклонений в поведении;
* понимание и контроль своего эмоционального состояния.
* предупреждение и преодоление негативных черт личности и формирующегося характера;
* адекватно себя оценивать;
* формировать полноценные эмоциональные и деловые контакты со взрослыми и сверстниками.
* ставить и удерживать цель деятельности, планировать действия, определять и сохранять способ действий,
* использовать самоконтроль на всех этапах деятельности,
* осуществлять словесный отчет о процессе в результатах деятельности,
* оценивать процесс и результат деятельности.

**4 .Контрольно-измерительные материалы:**

• Мониторинг эмоционально-личностного развития

• Беседы

• Наблюдение

**4.Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема раздела,**  **количество часов, тема занятия** | **Дата** | **Цель занятия** | **Примечание** |
| **1** | Диагностика |  | Определение уровня личностного развития у детей | Изучение личных дел, обследование детей,  составление индивидуальных коррекционных маршрутов и характеристик. |
| **2** | Диагностика |  | Определение уровня личностного развития у детей | Заполнение карт развития, дневников наблюдений |
| **Тема 1. Я – фантазёр – 7 часов** | | | | |
| **3** | Я - ученик |  | Формирование межличностного взаимодействия, положительных эмоций от школьного обучения | **Введение**  «Я соскучился по…»  «Летние сценки»  «Закончи предложение»  «Я – ученик»  **Основное содержание занятия**  «Что интересно ученику?»  «Если б не было на свете школ…»  «Рисунок идеальной школы» |
| **4** | Кого можно назвать фантазёром? |  | Помочь детям осознать ценность умения фантазировать;  Развивать креативные способности учащихся | **Введение**  «Ведущий тоже соскучился»  «Кто как отдыхает?»  «Кто это?»  **Основное содержание занятия**  «Небылицы»  «Работа со сказкой» *(Сказка «Цветик-семицветик»)*  *Вопросы для обсуждения:*   1. Почему Цветик стал считать фантазирование глупым занятием? А может, вы тоже так считаете? 2. А вы придумывали когда-нибудь, куда плывут облака? Давайте попробуем придумать, куда они могут плыть. 3. Что такое фантазия и кого можно считать хорошим фантазёром? |
| **5** | Я умею фантазировать |  | Формирование положительных мотивов учения. | **Введение**  Мысленные картинки»  «Домашние занятия»  «Какое чувство ты испытываешь?»  «Небылицы»  **Основное содержание занятия**  «Волшебный компот»  «Царевна Несмеяна» |
| **6** | Мои сны |  | Помочь детям осознать ценность умения фантазировать;  Развивать креативные способности учащихся | **Введение**  «Мысленные картинки»  «Небылицы»  «На что похож этот звук?»  «Песочные картины»  **Основное содержание занятия**  «Самый интересный сон»  «Рисунок сна» |
| **7** | Я умею сочинять |  | Развивать креативные способности учащихся | **Введение**  «Мысленные картинки»  «На что похож это звук?»  «Ассоциации»  «Свечка»  **Основное содержание занятия**  «Вредные советы»  «Рисунок «Вредные советы» |
| **8** | Мои мечты |  | Познакомить детей с понятием «качества» людей, помочь детям исследовать свои качества, изучить свои особенности | **Введение**  «Мысленные картинки»  «Ассоциации»  «Запахи» **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Работа со сказкой» *(Сказка о голубой мечте)*  Рисунок «Моя мечта» |
| **9** | Фантазии и ложь |  | Формировать у детей выразительное изображение черт, порождаемых социальной средой *(честность, лживость и т.п.),* их моральная оценка. | **Введение**  «Мысленные картинки»  «Лишняя ассоциация»  «Запахи»  «Кто соврал?»  **Основное содержание занятия**  «Правда и ложь»  «Работа со сказкой» *(Сказка «Лживый мальчик»)*  Вопросы для обсуждения:   1. Чем были похожи Миша и медвежонок? 2. Почему Миша не думал, что его ложь может принести кому-то несчастье? |
| **Тема 2. Я и моя школа - 5 часов** | | | | |
| **10** | Я и моя школа |  | Помочь детям осознать позиции ученика | **Введение**  «Родители, учителя и ученики»  «Что делает ученик?»  «Мешок хороших качеств»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Школа на планете «Наоборот» |
| **11** | Что такое лень |  | Обучение пониманию относительности в оценке чувств. | **Введение**  «Родитель, учитель, ученик»  «Что делает учитель?»  «Мешок хороших чувств»  **Основное содержание занятия**  «Существо по имени Лень»  «Работа со сказкой» *(Сказка о ленивой звёздочке)*  Вопросы для обсуждения:   1. Почему сначала Звёздочка не хотела стараться светить ярче? 2. Как вы понимаете слова «у каждого есть своё предназначение»? 3. Объясните слова «я должна успеть показать всё, на что я способна» 4. В чём твёрдо убедились папа и мама? 5. Как вы поняли смысл сказки? |
| **12 - 13** | Я и мой учитель |  | Предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя | **Введение**  «Родительское собрание»  «Что я чувствую в школе»  «Я – тетрадь»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Работа со сказкой» *(Сказка о девочке и строгой учительнице)*  **Введение**  «Передай чувство …ногами»  «Школьная фотография»  «Я – книжный шкаф»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Работа со сказкой» *(Сказка о мальчике Вале)* |
| **14** | Как справляться с «Немогучками» |  | Формирование учебной мотивации, желания достичь успеха в учебной деятельности | **Введение**  «В маске»  «Передай чувство ногами»  «Радиоинтервью» **Основное содержание занятия**  «Кто такие «Немогучки?»  «Работа со сказкой» *(Малыш – Облачко)*  Вопросы для обсуждения:   * 1. Почему взрослые облака перестали называть облачко Малышом?   2. Как вы думаете, что за голос сказал Облачку «ты можешь помочь?»   3. Были ли у вас ситуации, когда вы сами себе говорили «я могу»?   4. Как вам удавалось доказать самому себе, что вы действительно можете? |
| **Тема 3. Я и мои родители - 3 часа** | | | | |
| **15** | Я и мои родители |  | Помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями | **Введение**  «В маске»  «Сонное дыхание»  «Сказочные герои»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Рисунок «Семья» |
| **16** | Я умею просить прощения |  | Обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями | **Введение**  «Изобрази предмет»  «Чувства»  «Маски»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Не буду просить прощения!»  «Работа со сказкой» *(Принц Эдгар)* |
| **17** | Почему родители наказывают детей? |  | Обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями | **Введение**  «Изобрази предмет»  «Занятия мамы»  «Я сделал хорошее дело»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Работа со сказкой» *(Простить маму)*  «Портрет мамы» |
| **Я и мои друзья – 4 часа** | | | | |
| **18** | Настоящий друг |  | Помочь детям осознать качества настоящего друга | **Введение**  «Кто сказал «спасибо»?  «Я сделал дело хорошо»  «Кто есть кто?»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Качества настоящего друга»  «Работа со сказкой» *(Неожиданная встреча)*  «Надёжный лифт» |
| **19** | Умею ли я дружить? |  | Подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить | **Введение**  «Чувства и ассоциации»  «Кто сказал «прости»?  «Одинаковые скульптуры»  **Основное содержание занятия**  «Нужно ли уметь дружить?»  «Работа со сказкой» *(Сказка про маленькую Бабу Ягу)*  «Санитары» |
| **20** | Трудности в отношениях с детьми |  | Формирование принятие других детей | **Введение**  «Чувства и ассоциации»  «Одинаковые скульптуры»  «Кто сказал «мяу»?»  **Основное содержание занятия**  «Об Алёше»  «Работа со сказкой» *(Сказка о Спиногрызкине)* |
| **21** | Ссора и драка |  | Формирование умения решать конфликты социально одобряемыми методами | **Введение**  «Чувства-ассоциации»  «Изобрази ситуацию»  «Какие чувства возникают во время ссоры или драки?»  **Основное содержание занятия**  «Неоконченные предложения»  «Я знаю одного мальчика…» |
| **Что такое сотрудничество? – 5 часов** | | | | |
| **22** | Что такое сотрудничество? |  | Дать детям представление о понятии «сотрудничество» | **Введение**  «Я сегодня обрадовался встрече с…»  «Спасибо тебе за …»  «Кто лишний?»  **Основное содержание занятия**  «Что такое сотрудничество?»  «Работа со сказкой» *(Добрая память)* |
| **23** | Я умею понимать другого |  | Формирование умения считаться с мнением и точкой зрения другого человека | **Введение**  «Передай чувство»  «Извини меня…»  «Кто лишний?»  **Основное содержание занятия**  «Что значит понимать другого ?»  «Работа со сказкой» *(Путевые заметки Оле-Лукойе)*  «Конструктор» |
| **24** | Я умею договариваться с людьми |  | Формирование умения решать конфликты социально одобряемыми методами | **Введение**  «Передай чувство»  «Собери картинку»  «Кто сказал «мяу?»  **Основное содержание занятия**  «Я умею договариваться»  «Работа со сказкой» *(Чтобы тебя любили)* |
| **25** | Мы умеем действовать сообща |  | Формирование умения сотрудничать с другими людьми | **Введение**  «Передай чувство»  «Что лишнее?»  **Основное содержание занятия**  «Собери картинку»  «Найди себе пару»  «Мы вместе»  «Рисунок «Мой класс» |
| **26** | Что такое коллективная работа? |  | Формирование умения работать в коллективе | **Введение**  «Найди себе пару»  «Вальс дружбы»  **Основное содержание занятия**  «Что мы хотим пожелать друг другу?»  «Коллективный плакат» |
| **27** | Диагностика |  | Определение динамики уровня личностного развития у детей | Обследование детей,  составление характеристик. |
| **28** | Диагностика |  | Определение динамики уровня личностного развития у детей | Обследование детей,  заполнение карт развития, дневников наблюдений |