



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ПЕРМСКОГО КРАЯ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЧАЙКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 4»

СОГЛАСОВАНО
на заседании ЭМС
Протокол от 30.08.2022г.
№ 1

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР
 Ошеева Т.И.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
МАОУ СОШ № 4
О.М. Зориной
от 31.08.2023г. № 443



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Клуб «Мы вместе»
для обучающихся с ОВЗ 5-9 классов
на 2023-2024 уч.год

Составитель:
Корепанова
Анастасия Олеговна
Педагог - психолог

Пояснительная записка

Дети с ограниченными возможностями (ОВЗ) - это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обуславливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь. В данную группу можно отнести как детей-инвалидов, так и не признанных инвалидами, но при наличии ограничений жизнедеятельности.

Группа детей с ОВЗ чрезвычайно неоднородна. Это определяется прежде всего тем, что в нее входят дети с различными нарушениями: нарушение слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, с задержкой и комплексными нарушениями развития.

Дадим психолого-педагогическую характеристику детей с ОВЗ. Такие дети имеют следующие особенности:

1. У детей наблюдается низкий уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приема и переработки сенсорной информации, недостаточно знаний этих детей об окружающем мире.

2. Недостаточно сформированы пространственные представления, дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

3. Внимание неустойчивое, рассеянное, дети с трудом переключаются с одной деятельности на другую. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению.

4. Память ограничена в объеме, преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической, наглядная над словесной.

5. Снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации.

6. Мышление - наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое.

7. Снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.

8. Игровая деятельность не сформирована. Сюжеты игры обычны, способы общения и сами игровые роли бедны.

9. Речь - имеются нарушения речевых функций, либо все компоненты языковой системы не сформированы.

10. Наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности.

11. Наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации.

Вследствие этого у детей проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками учебной деятельности. Возникают трудности формирования учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе).

Можно отметить следующие типичные затруднения (общие проблемы) у детей с ОВЗ:

- отсутствует мотивация к познавательной деятельности, ограничены представления об окружающем мире;
- темп выполнения заданий очень низкий;
- нуждается в постоянной помощи взрослого;
- низкий уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение);

- низкий уровень развития речи, мышления;
- трудности в понимании инструкций;
- инфантилизм;
- низкая самооценка;
- повышенная тревожность. Многие дети с ОВЗ отличаются повышенной впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении;

- высокий уровень психомышечного напряжения;
- низкий уровень развития мелкой и крупной моторики;
- для большинства таких детей характерна повышенная утомляемость. Они быстро становятся вялыми или раздражительными, плаксивыми, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания. У некоторых детей в результате утомления возникает двигательное беспокойство; у других детей отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству.

Именно поэтому подростки остро нуждаются в жизненном опыте и помощи. В связи с этим в 5-9 классах по 1 часу в неделю отводится на курс внеурочной деятельности «клуба «Мы вместе».

Предлагаемая программа направлена на развитие коммуникативной культуры подростков. Темы занятий отражают личные проблемы детей данного возраста, поэтому они могут использоваться для всех школьников в качестве профилактики неблагоприятных процессов. На занятиях подростки получают знания о том, как общаться, упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения. Данный курс помогает наладить адекватные межличностные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства, скорректировать свое поведение. Особенностью курса является форма его проведения – тренинг.

Цель: укрепление эмоционального здоровья школьников, профилактика неврозов.

Задачи:

1. Формировать у учащихся навыки взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других; навыки поведения в сложных жизненных ситуациях (конфликты, стрессы).
2. Развивать эмоциональную сферу учащихся.
3. Развивать и совершенствовать навыки саморегуляции, снятие мышечных зажимов посредством освоения методов релаксации.
4. Оказывать психологическую поддержку учащимся в период обучения в санаторной школе-интернате (предупреждение утомляемости, снижение уровня тревожности, выработка на основе опыта норм поведения и общения).

Методы и формы работы: психогимнастика, беседа, групповая дискуссия, использование элементов сказкатерапии, игротерапии, арттерапии, ролевая игра, упражнения по межличностной коммуникации; дыхательные и двигательные упражнения; методы самовыражения (в рисунке, в создании образа).

Форма контроля:

- анализ эффективности занятия проводится при помощи рефлексии;
- анализ эффективности программы проводится при помощи диагностики: анкеты, проективные тесты, опросники.

Общее количество часов - 34. Продолжительность занятий – 40 минут.

В процессе научения идет формирование и развитие у учащихся:

- интереса к изучению психологии человека и проведение психологического эксперимента;
- умения самостоятельно применять полученные знания;

- творческих способностей, умения работать в группе, вести дискуссию, отстаивать свою точку зрения.

В процессе обучения учащиеся приобретают следующие конкретные умения:

- умение фантазировать;
- умение осознавать свои особенности и особенности других людей;
- умение оценивать свои чувства в отношении других людей;
- умение принимать людей такими, какие они есть;
- умение конструктивно разрешать конфликты со сверстниками и взрослыми;
- умение сотрудничать;
- умение планировать свои цели и пути самоизменения.

Учебно-тематический план

№	Дата	Содержание программы	Количество часов
1.			7
1.1		Давайте познакомимся. Диагностический блок. Правила поведения в группе.	1
1.2		Мы и наше настроение – от кого и от чего оно зависит	1
1.3		Мы и наши близкие	1
1.4		Мы, наши недостатки и достоинства	1
1.5		Мы и наши привычки	2
1.6		Мы, наши права и обязанности	1
2. Введение в мир психологии			9
2.1		Зачем человеку нужны занятия психологией?	1
2.2		Кто я, какой я?	2
2.3		Я могу	1
2.4		Я нужен!	1
2.5		Я мечтаю	1
2.6		Я – это мои цели	1
2.7		Я – это мое детство	1
2.8		Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее	1
3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.			3
3.1		Чувства бывают разные	1
3.2		Стыдно ли бояться	1
3.3		Имею ли я право сердиться и обижаться?	1
4. Я и мой внутренний мир			3
4.1		Каждый видит мир и чувствует по-своему	1
4.2		Любой внутренний мир ценен и уникален	2
5. Кто в ответе за мой внутренний мир?			2
5.1		Трудные ситуации могут научить меня	1
5.2		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя	1
6. Я и ты			6
6.1		Я и мои друзья	1
6.2		У меня есть друг	1
6.3		Я и мои «колючки»	1
6.4		Что такое одиночество?	1
6.5		Я не одинок в этом мире	2
7. Мы начинаем меняться			2
7.1		Нужно ли человеку меняться?	1
7.2		Самое важное – захотеть меняться	1

8. Итоговое занятие	2
Итого:	34

Структура занятия

1. Ритуал приветствия. Позволяет сплочать подростков, создавать атмосферу группового доверия и принятия. Ритуал может быть придуман самой группой.
2. Разминка - воздействие на эмоциональное состояние подростков, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учётом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать подростков, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения
3. Основное содержание занятия - совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных на решение задач данного занятия. Приоритет отдаётся многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребёнка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.
4. Рефлексия занятия.
Две оценки: эмоциональная (понравилось - не понравилось, было хорошо - было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
5. Ритуал прощания. По аналогии с ритуалом приветствия.

Принципы проведения

Специфичность обстановки. Занятия проводятся в комнате, где достаточно места для передвижения, для рисования. Выбор и инициатива принадлежат подросткам. Ограничения их активности минимальны: не покидать пределы комнаты до конца занятий и не выносить из неё предметы.

Оборудование:

Магнитофон, аудиокассеты, диски, методические материалы для игр и упражнения (рисунки, фотографии, схемы и др.) видеомангитофон, видеокассеты, реквизит для игр и этюдов, бумага разных форматов и др.

Ожидаемые результаты:

В результате реализации данной программы, дети приобретают

- умение бесконфликтного и эффективного общения;
- осознание своей индивидуальности и стремление к более глубокому самопознанию;
- умение соблюдать правила и выражать свои негативные эмоции в социально приемлемых способах;
- способность к эмпатии и рефлексии.

Таким образом, содержание курса строится с учетом потенциальных возможностей учащихся. В программе предусмотрены возможные риски (карантин, курсы, болезнь педагога-психолога и пр.). В данном случае можно сократить количество уроков по темам, сходным тем, которые изучались на протяжении предыдущего учебного года.

Вся программа посвящена, в общем-то, простой идее – быть собой: от осознания личностных качеств к принятию чувств, выстраиванию контактов, расширению связей в социальных ситуациях, моделированию взаимоотношений с взрослыми и сверстниками, к умению контролировать свои чувства и поведение.

Список литературы

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в начальной школе: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. – М.: ТЦ «Сфера», 2021.
2. Баева И.А.. Тренинги психологической безопасности в школе. – СПб.: «Речь», 2020.
3. Богатырева Т.Л. Практическому психологу: цикл занятий с подростками (10 – 12 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2021.
4. Голубева Ю.А. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий. – Волгоград: Учитель, 2019.
5. Зарипова Ю.Ф. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам. – М.: «Чистые пруды». 2020.
6. Левашова С.А. Психолог и подросток: коммуникативно–двигательный тренинг. – Ярославль: «Академия развития», 2021.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в 7-8 классах. – М.: «Генезис», 2021.