

ГБОУ Республики Марий Эл «Косолаповская школа-интернат»

Рассмотрено
на заседании МО учителей
начальных классов
Руководитель МО
Л.А. Сбоева Л.А. Сбоева
протокол № 1
«20» августа 2019 г.

Согласовано
Заместитель директора по УВР
Маликина Е.А. Маликина
«29» 08 2019 г.

Утверждаю
Директор школы
З.Д. Киселёва З.Д. Киселёва
«30» 08 2019 г.



Адаптированная программа коррекционного курса
«Познай себя»

5 класс

Составитель программы
педагог-психолог Сбоева Л.А

Косолапово, 2019г.

1. Пояснительная записка.

Разработанная программа опирается на следующие законодательные и правовые документы:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Закон об образовании РФ;
- Федеральный закон об основных гарантиях прав ребенка РФ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. [приказом](#) Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599)
- Этический кодекс педагога.

--Учебный план образовательной организации ГБОУ Республики Марий Эл «Косолаповская школа-интернат» Мари-Турекского района 2019 – 2020 учебный год.

Программа составлена с учетом требований реализации ФГОС для умственно отсталых детей и психолого-возрастных особенностей воспитанников школы-интерната VIII вида. Данная программа реализуется в ходе внеурочной деятельности, составлена на основе методических разработок Самоукина Н.В. Игровые методы в обучении и воспитании (психотехнические упражнения и коррекционные программы).

2. Общая характеристика учебного курса

Цель программы: совершенствование навыков конструктивного общения, создание образовательного пространства, способствующего обогащению внутреннего, духовного мира и нравственному саморазвитию личности формирование человека, способного к самовоспитанию, саморазвитию, человека самосовершенствующегося.

Задачи программы:

- ознакомить обучающихся с основами психологических знаний и представлений, доступных возрасту,
- способствовать развитию потребности в осознании обучающимися своих особенностей, достоинств и недостатков,
- способствовать формированию потребности в саморазвитии, в том числе в учебной деятельности,
- способствовать развитию умения адекватно воспринимать окружающий мир, людей, себя, управлять собой в процессе взаимодействия, осознанно действовать в ситуации выбора,
- способствовать раскрытию творческого потенциала обучающихся, совершенствованию коммуникативных навыков и навыков конструктивного общения.
- способствовать развитию эмоционально-чувственной и волевой сферы личности
- получение школьником позитивного опыта взаимоотношений с одноклассниками в совместной деятельности и коллективных играх

3.Описание места курса в учебном плане.

Данная программа рассчитана на учащихся 5 класса. Общий объем программы - 34 часа, режим занятий -1 час в неделю. Срок реализации программы - один учебный год. Продолжительность занятия 40 минут.

4.Личностные результаты

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения;
- формирование коммуникативной компетентности общения и сотрудничестве.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем,
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и

выходить из-за парты и т. д.);

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

5.Содержание учебного курса

Программа внеурочной деятельности состоит из 3 разделов, включающих в себя занятия на развитие психических функций, необходимых для успешного обучения в школе:

Раздел 1. «Мой внутренний мир» направлен на формирование и профилактику нарушений психологического здоровья детей.

Раздел 2.«Грани разума» направлен на развитие различных познавательных процессов: памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения.

Раздел 3.«Учимся общаться» направлен на подготовку детей к самостоятельной жизни, их правильной социализации, воспитание терпимости и уважения к другому человеку, а также помочь детям научиться правильно общаться. Особенностью данной программы является комплексный подход в системе образования учащихся. Для реализации программы «Познай себя» используются следующие методы обучения:

- Диалог.
- Наблюдение.
- Свободное и тематическое рисование.
- Рассматривание рисунков и картин.

- Беседы.
- Ролевые и подвижные игры.
- Групповые дискуссии.
- Мини-конкурсы.
- Импровизация.
- Моделирование и анализ ситуаций.
- Упражнения, направленные на развитие внимания, восприятия и других познавательных процессов.
- Релаксационные игры.

6. Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов

Программа предполагает безоценочную систему проведения занятий.

Рекомендуется словесное поощрение.

Эффективность работы определяется при сравнении результатов входящей и заключительной диагностики. / Анкета для оценки уровня школьной мотивации Н. Лускановой, корректурная пробы, 10 слов, 4 лишний» /

1. Внимательно выполнять задания не отвлекаясь до 15 мин.; находить 5-6 отличий между предметами; удерживать в поле зрения 6-8 предметов; выполнять самостоятельно задания по образцу; копировать узор.
2. Память - запоминать до 10 картинок; рассказывать по памяти текст из 3-4 предложений.
3. Мышление - определять последовательность событий, складывать разрезную картинку из 8-10 частей; находить и объяснять несоответствие на рисунках; находить и объяснять отличия между предметами; находить среди предметов лишний, объяснять свой выбор.
4. Воображение - составлять вымышленный рассказик, небылицу, фантазировать.
5. Адекватное поведение в различных, жизненных ситуациях;
6. Практическое использование навыков конструктивного общения.

7. Тематическое планирование определенных основных видов деятельности

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности учащихся	Дата
1	Вводное занятие. ТБ «Правила поведения на занятиях».	1	Сплочение группы, настрой на продуктивную будущую работу.	
2	Язык мира эмоций.	1	Знакомство с понятиями «эмоции», «мимика», «жесты», «язык жестов».	
3	Мы владеем	1	Развитие умений владеть и	

	Эмоциями.		управлять своими эмоциями.	
4	Способы снятия эмоционального напряжения	1	Тренинг- дискуссия.	
5	Страхи, часть нашего Я.	1	Диагностика школьной тревожности.	
6	Мешок хороших качеств.	1	Знакомство с внутренними и внешними качествами людей.	
7	Что такое личность.	1	Участие в диалоге. Творческая презентация.	
8	Твой характер.	1	Представление о связи характера человека. Игры и упражнения.	
9	Что такое темперамент.	1	Представление о темпераменте. Игры и упражнения.	
10	Моя индивидуальность	1	Тренинг	
11	Знакомимся с интеллектом.	1	Роль интеллекта в жизни человека.	
12	Что такое память? Развиваем память. (2 занятия)	1	Раскрытия понятия «память», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	
13	Виды восприятий. Тренировка восприятие. (2 занятия)	2	Раскрытие понятия «восприятие», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	
14	Что такое внимание? Развиваем внимание. (2 занятия)	2	Раскрытие понятия «внимание», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	
15	Что такое мышление? Развиваем мышление. (2 занятия)	2	Раскрытие понятия «мышление», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	
16	Развиваем пространственные ориентации. (2 занятия)	2	Задания и упражнения на развитие пространственных ориентаций.	
	Психология творчества «Мы фантазируем»	1	Диагностика. Элементы арттерапии.	
17	Развитие наблюдательности.	1	Задания и упражнения на развитие наблюдательности.	
18	Развиваем связи правого и левого полушария и	1	Задания и упражнения на развитие связи левого и правого полушария с помощью пальчиковых игр и	

	мелкую моторику рук. (2 занятия)		лабиринтов.	
19	Я и мой класс. (Социометрия)	1	Опрос, анкетирование, дискуссия	
20	Умеем ли мы общаться? Позиции в общении.	1	Выявление степени коммуникативности учащихся; повторение известных формул вежливости и знакомство с новыми.	
21	Умею ли я слушать других.	1	Развитие умения быть внимательным к окружающим людям, слушать и слышать окружающих.	
22	Как подружиться.	1	Ознакомление с приёмами установление добрых отношений.	
23	Почему люди ссорятся?	1	Тренинг поведения в конфликтной ситуации	
24	Коммуникативная компетентность	1	Тренинг	
25	Уверенное и неуверенное поведение	1	Тренинг	
26	Точка опоры	1	Тренинг	
27	Методы и приемы психологической защиты	1	Час общения с элементами тренинга	
28	Дискуссионный клуб «Прощай»	1	Час общения, оценка эффективности проведенных занятий	

8.Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Учебно-методический комплекс

1. Перечень понятий, которые должны быть изучены (основные понятия курса);
2. Система отслеживания результатов обучения и воспитания (диагностические карты и т.п.);
3. Дидактический материал.

Литература :

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. - М., 1997.
2. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. - М. , 2003.
3. Гиригин Л.Е., Ситникова Л.Н. Вообрази себе. Поиграем - помечтаем. - М., 2001 г. Гуревич К. М. Индивидуально-психологические особенности школьников - М., 1988.

4. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми - М., 1999 г.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 1999 г.
6. Овчарова Р.В. - Справочная книга школьного психолога - М., 1996 г.
7. Практическая психология в тестах - М., 2001 г.
8. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. - М., 2004 г.
9. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
10. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. - М., 2004 г.
11. Савенков А. И. Развитие логического мышления. - Ярославль, 2004.
12. Самоукина Н.В. Игровые методы в обучении и воспитании (психотехнические упражнения и коррекционные программы). — М., 1992.
13. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 1990.