муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кировская средняя общеобразовательная школа № 9

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «РАССМОТРЕНО»протокол заседанияППКот 29.08.2024 № 1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  | «СОГЛАСОВАНО»Заместитель директора Хасуева Л.С.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  | «УТВЕРЖДАЮ»приказ от 30.08.2024№ 1Директор\_\_\_\_\_\_\_\_П.В.Ковалёва |

 **ПРОГРАММА**

 **психолого- педагогического сопровождения обучающегося 8 класса**

**Садулаевой Айшат**

 Срок реализации: 1год

 Количество часов по учебному плану: 32 в год; 1 в неделю.

 Учитель: Кузнецова Елена Дмитриевна

 х.Хуторской

 2024год

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа психокоррекционных занятий с психологом «Тропинка к своему Я» разработана для обучающихся, получающих основное общее образование в общеобразовательных классах для детей с ОВЗ, в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» 7-8 классы.

Программа направлена на обеспечение коррекции недостатков в психическом развитии детей с ОВЗ и оказание помощи детям этой категории в освоении основной образовательной программы основного общего образования. Программа обеспечивает реализацию комплексного индивидуально ориентированного психолого-медико-педагогического сопровождения детей с особыми образовательными потребностями с учетом особенностей психофизического развития (в соответствии с рекомендациями ТО ПМПК).

Предлагаемая программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья обучающихся, так как способствует развитию интереса школьника к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, 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 подростка, 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.

Программа направлен на формирование у обучающихся следующих умений и способностей:

* умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
* умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
* умение справляться с негативными эмоциями;
* умение отстаивать свою позицию в коллективе, выстраивать бесконфликтные отношения с окружающими;
* стремление к изучению своих возможностей и способностей.

Программа учитывает индивидуальные особенности развития обучающихся.

Существенными особенностями детей с ОВЗ являются неравномерность, мозаичность проявлений недостаточности развития. Для них характерны замедленная скорость приема и переработки сенсорной информации, недостаточная сформированность умственных операций и действий, низкая познавательная активность и слабость познавательных интересов, ограниченность, отрывочность знаний и представлений об окружающем. Дети отстают в речевом развитии (недостатки произношения, аграмматизм, ограниченность словаря).

Недостатки в развитии эмоционально-волевой сферы проявляются в эмоциональной неустойчивости и возбудимости, несформированности произвольной регуляции поведения, слабости учебной мотивации и преобладании игровой. Характерны недостатки моторики, в особенности мелкой, затруднения в координации движений, проявления гиперактивности.

Дети испытывают трудности во взаимодействии с окружающим миром, приводящие к обеднению социального опыта, искажению способов общения с другими людьми. Все это усложняет социализацию, а, следовательно, и социальную адаптацию детей: замедляются процессы усвоения и воспроизводства социального опыта, установления межличностных отношений, благодаря которым человек учится жить совместно с другими.

Для них характерна неадекватная самооценка, переоценка или недооценка собственных возможностей, способностей, достижений. Это связано с замедленным формированием основных структурных компонентов личности – самосознания, эмоционально-волевой сферы, мотивации, уровня притязаний; ограничением контактов с людьми; реакцией личности на психотравмирующую ситуацию, обусловленную постепенным осознанием своей несостоятельности.

Дети с нарушениями интеллекта испытывают большие трудности при необходимости устанавливать и сохранять в памяти опосредствованные связи, при осуществлении ассоциативного припоминания. Соотношение объемов непосредственного и опосредствованного запоминания у них весьма изменчиво. В младших классах они не умеют пользоваться приемами осмысленного запоминания, и логически связанный материал сохраняется у них в памяти хуже, чем отдельные слова или числа. В старших классах они могут овладеть некоторыми приемами опосредствованного запоминания. На произвольной регуляции психических функций сказывается и недостаточное участие речи.

У детей с ОВЗ отмечается зависимость восприятия от уровня внимания: снижение внимания замедляет скорость восприятия. Внимание младших школьников с задержкой психического развития характеризуется повышенной отвлекаемостью, недостаточной концентрированностью на объекте, недостаточной сформированностью произвольного внимания.

Имеет место быть преобладание более простых мыслительных операций, снижение уровня логичности и отвлеченности мышления, трудности перехода к понятийным формам мышления. Неумение ориентироваться в задании, анализировать его, обдумывать и планировать предстоящую деятельность становится причиной многочисленных ошибок.

Учебная деятельность детей с ЗПР отличается ослабленностью регуляции деятельности во всех звеньях процесса учения:

* отсутствием достаточно стойкого интереса к предложенному заданию;
* необдуманностью, импульсивностью и слабой ориентировкой в заданиях, приводящими к многочисленным ошибочным действиям;
* недостаточной целенаправленностью деятельности;
* малой активностью, безынициативностью, отсутствием стремления улучшить свои результаты, осмыслить работу в целом, понять причины ошибок.

Для детей с ОВЗ характерны черты психического и психофизического инфантилизма, который проявляется в слабой способности ребенка подчинять свое поведение требованиям ситуации; неумении сдерживать свои желания и эмоции; детской непосредственности; преобладании игровых интересов в школьном возрасте; в беспечности; повышенном фоне настроения; недоразвитии чувства долга; неспособности к волевому напряжению и преодолению трудностей; в повышенной подражаемости и внушаемости; в дефиците познавательной активности при обучении; в отсутствии школьных интересов, несформированности «роли ученика»; быстрой пресыщаемости в любой деятельности.

**Цель программы:** создание условий для успешной социально-психологической адаптации обучающихся и их всестороннего личностного развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

**Задачи:**

* мотивирование подростков к самопознанию и познанию других людей;
* формирование интереса к внутреннему миру другого человека;
* обучение дифференциации эмоциональных состояний, пониманию чувств другого человека;
* формирование адекватной установки в отношении школьных трудностей (установки преодоления);
* развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений с окружающими;
* повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
* коррекция нежелательных черт характера подростков и поведения.

Содержанием программы стало:

* коррекция и развитие коммуникативных навыков;
* формирование умений самоконтроля в поведенческой и эмоциональной сфере;
* развитие рефлексии, умения осознавать свои психические процессы, ход своей деятельности, анализировать затруднения, ошибки; − развитие познавательных процессов.

**Программа расчитана для учащихся 7-9 классов с ОВЗ.**

**Структура занятий**

По своей структуре каждое занятие построено с учетом особенностей работы со школьниками, специфики программы.

Занятия поделены на пять этапов:

1. Приветствие

Цель: обозначить начало занятия, установить эмоциональный контакт между всеми участниками, подчеркнуть безопасность, обеспечить комфортное вхождение в группу для каждого участника.

2. Введение в тему

Цель: настройка на совместную работу, эмоциональное включение детей в тему занятия, содействие развитию воображения.

3. Основная часть

Цель: научить детей понимать свое собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и чувства других людей.

4. Завершение занятия

Цель: снятие эмоционального напряжения, закрепление положительных эмоций; подведение итогов.

5. Прощание

Цель: обозначить конец занятия, эмоциональная поддержка детей, умение расставаться.

**Методы и средства результативности программы**

Наблюдение и обратная связь от родителей и педагогов об эмоционально-поведенческих изменениях ребенка.

**Методы работы:**

* Ролевая игра.
* Функции:
* Выход запрещенных или социально не одобряемых побуждений

Обращение обычных ролей. Через драматическую игру ребенок пытается расширить свое Я, сломать ригидные и телесные пределы, которые обстоятельства ставят ему.

* Разрешение в игре своих проблем.
* Выражение подавленных потребностей.
* Рисуночные методы. Арт-терапия.
* Использование визуального канала коммуникации имеет целый ряд достоинств: рисунок помогает оживить сферу физических ощущений, заблокированных в результате травмы и способствовать выражению подавленных чувств. Изобразительная деятельность позволяет обходить «цензуру сознания», то есть представляет уникальную возможность для выражения и актуализации спящих идей и состояний, тех социальных идей и состояний, которые слабо проявлены в повседневной жизни. Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для детей младшего школьного возраста, так как дети данного возраста еще затрудняются в словесном описании своих переживаний. Символическая речь позволяет по-новому позволяет взглянуть на ситуацию и благодаря этому найти путь к их решению.
* Элементы сказкотерапии. Сказки являются непосредственным отображением психических процессов бессознательного и по своей ценности превосходят любую другую форму донесения информации. В сказках типы разных людей предстают в наиболее простой, чистой и краткой форме, благодаря этому образы героев позволяют осмысливать собственные переживания и процессы, происходящие в обществе.
* Когнитивные методы. Помогают освободить мышление от иррационных убеждений, которые вызывает эмоциональную боль. В основе когнитивного метода лежит информационный метод. Для решения жизненных ситуаций, этот метод позволяет действовать не импульсивно, не принимать скоропалительных выводов, а привлекать собственные умственные возможности.
* Интерактивные методы и разминки. Игры имеют целью налаживание коммуникаций, адекватное ситуации выражение агрессии и позитивных эмоций. Доверие, формирование позитивной самооценки, межличностное взаимодействие, спонтанное мышление…Подобные игры необходимы для улучшения взаимодействия между всеми членами группы, поднятия уровня активности группы.

**Основные компоненты работы**

* Психологический - коррекция психологических потребностей личности, способствующих формированию отклоняющегося и аддиктивного поведения, создание благоприятного психологического климата в коллективе. Работа с чувствами вины, страха, формированием ответственности, принятием конструктивных решений.
* Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.
* Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства с миром во всей его полноте.
* Социальный – помощь в социальной адаптации ребенка.

Ценностные ориентиры содержания программы.

* Содержание программы направлено на воспитание компетентных и успешных граждан России:
* активно и заинтересованно познающих мир, осознающих ценность труда, науки и творчества;
* умеющих учиться, осознающих важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способных применять полученные знания на практике;
* уважающих других людей, умеющих вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
* ориентирующихся в мире профессий, понимающих значение профессиональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы.

**Содержание программы.**

**Раздел 1. Эмоциональная сфера человека (7 часов)**

Почему нам нужно изучать чувства? Слово и чувство. Основные законы психологии эмоций. Эффект обратного действия. Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству. Психогигиена эмоциональной жизни.

**Раздел 2. Социальное восприятие: как узнавать другого человека (12 часов).**

Как мы получаем информацию о человеке. Учимся понимать жесты и позы. Мимика. Жесты. Невербальные признаки обмана. Понимание причин поведения людей. Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается первое впечатление о человеке. Способы понимания социальной информации. Влияние эмоций на познание.

**Раздел 3. Межличностная привлекательность: любовь, дружба (13 часов).**

Привлекательность человека. Взаимность или обоюдная привлекательность.

Дружба. Четыре модели общения. Романтические отношения или влюблённость. Любовь. Половая идентичность и её развитие у подростков. Переживание любви. Что помогает и что мешает любви.

**Раздел 4.** **«Обобщение» (2 часа).**

Обучение умению владеть собой, что позволяет подростку самому формировать навыки и умения, основываясь на собственном опыте, который нарабатывается на групповых занятиях. Занятия проходят в форме ролевых игр и тренингов.

**Тематическое планирование программы.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название темы, занятия | Кол-вочасов | Дата проведения |
| **Эмоциональная сфера человека.** | **7** |  |
| 1 | Почему нам нужно изучать чувства? | 1 | 05.09.24 |
| 2 | Слово и чувство. | 1 | 12.09.24 |
| 3 | Основные законы психологии эмоций. | 1 | 19.09.24 |
| 4 | Запреты на чувства | 1 | 26.09.24 |
| 5 | Эффект обратного действия. | 1 | 3.10.24 |
| 6 | Передача чувств по наследству. | 1 | 10.10.24 |
| 7 | Психогигиена эмоциональной жизни. | 1 | 17.10.24 |
| **Социальное восприятие: как узнавать другого человека.** | **12** |  |
| 8 | Как мы получаем информацию о человеке. | 1 | 24.10.24 |
| 9 | Учимся понимать жесты и позы. | 1 | 07.11.24 |
| 10 | Мимика. | 1 | 14.11.24 |
| 11-12 | Жесты. | 21 | 21.11.2428.11.24 |
| 13 | Невербальные признаки обмана. | 1 | 5.12.24 |
| 14 | Понимание причин поведения людей. | 1 | 12.12.24 |
| 15 | Впечатление, которое мы производим. | 1 | 19.12.24 |
| 16 | Из чего складывается первое впечатление о человеке. | 1 | 26.12.24 |
| 17 | Способы понимания социальной информации. | 1 | 16.01.25 |
| 18 | Влияние эмоций на познание. | 1 | 23.01.25 |
| 19 | Обобщение темы. | 1 | 30.01.25 |
| **Межличностная привлекательность: любовь, дружба.** | **13** |  |
| 20-21 | Привлекательность человека. | 21 | 06.02.2513.02.25 |
| 22-23 | Взаимность или обоюдная привлекательность. | 2 | 20.02.2527.02.25 |
| 24-25 | Дружба. Четыре модели общения. | 2 | 6.03.2513.03.25 |
| 26-27 | Романтические отношения или влюблённость. | 2 | 20.03.253.04.25 |
| 28-29 | Любовь. | 1 | 10.04.25 |
| 30-31 | Половая идентичность и её развитие у подростков. Переживание любви | 1 | 17.04.25 |
| 32 | Что помогает и что мешает любви. | 1 | 24.04.19 |
| **Обобщение.** | **2** |  |
| 33 | Тренинг «Я учусь владеть собой». | 1 | 15.05.19 |
| 34 | Заключение « Что я узнал и чему я научился». | 1 | 22.05.19 |
|  | Итого | 32 |  |

**Список литературы.**

1. Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум; М., 2008г
2. Кравцова М.М. «Дети изгои. Психологическая работа с проблемой»; М., 2009г
3. Марасанов Г.И. «Социально – психологический тренинг»; М., 2007г
4. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: психологическое пособие: в 4 т.»; М., 2007г
5. Лебедева Л.Д. «Практика арт – терапии: подходы, диагностика, система занятий» Спб., 2009г
6. Райс Ф. « «Психология подросткового и юношеского возраста»; Спб., 2007г
7. «Психогимнастика в тренинге» под ред. Н.Ю. Хрящевой. Спб., 2008г
8. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я» 7-8 классы.