

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Чарская средняя общеобразовательная школа № 1**

«Путь к себе»

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Для обучающихся 5-9 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Программа разработана:
педагогом-психологом
МОУ ЧСОШ №1
Логвиненко Т.А.

С. Чара
2018 год.

Пояснительная записка.

В период введения Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФГОС) актуальной становится проблема организации психолого-педагогической и социальной реабилитации обучающихся с интеллектуальным недоразвитием. Изменение подходов к обучению и воспитанию обучающихся с умственной отсталостью направлено на формирование и развитие социально-активной личности, обладающей навыками социально-адаптивного поведения. В связи с этим возникает необходимость создания "условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, всестороннего развития и социализации каждого обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов обучающихся в свободное время» (Примерная АООП).

Программа «Психология в моей жизни» (далее Программа) является частью комплекса психолого-медико-педагогического сопровождения и решает вопросы его социализации. Она разработана с учетом особых образовательных потребностей (далее ООП) обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Обучающийся с нарушением интеллекта испытывают разного вида депривации, значительная часть которых обусловлена этиопатогенезом умственной отсталости. Наличие деприваций является серьёзными препятствием в социализации подростка с умственной отсталостью и определяет ряд трудностей в достижении основного результата Стандарта: «общекультурное и личностное развитие обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляет цель и основной результат образования)» [19, с. 6]. Все это подчеркивает психолого-педагогическую целесообразность разработки и внедрения коррекционно-развивающей психолого-педагогической программы «Психология в моей жизни» в работу с подростками с умственной отсталостью.

Программа разработана для обучающихся с интеллектуальными нарушениями 5-9 классов, и составлена с учётом их особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей.

Цель нашей программы: на основе создания оптимальных условий дать ребенку многогранное полифункциональное представление об окружающей действительности, способствующее оптимизации его психического развития и более эффективной социализации в образовательной среде и обществе.

Задачами нашей программы являются:

1. Развивать коммуникативные навыки.
2. Повысить уровень позитивного отношения к своему Я.
3. Познакомить обучающихся с возможностями формировать свои жизненные планы и стратегии.

В ходе реализации Программы используются те методы работы, которые доступны подросткам с умственной отсталостью: игровые методы, метод групповой дискуссии, проективные методики рисуночного и вербального типов, психогимнастика, сказкотерапия.

Методологической основой нашей программы явились:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ №1599 от 19.12.2014.

2. Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

3. Концепция психологического здоровья И.В. Дубровиной развития личности в условиях определенного образовательного пространства.

Работы: Алябьевой А.А., Выготского Л.С., Гладкой В.В., Дроздовой Е.А., Микляевой А.В., Симановского А.Э., Антипанова Н.А. и др.

Данная программа основана на основных **принципах** психокоррекционной работы с обучающимися:

1. Принцип единства диагностики и коррекции определение методов коррекции с учётом диагностических данных.
2. Безусловное принятие каждого ребёнка со всеми индивидуальными чертами характера и особенностями личности.
3. Принцип компенсации - опора на сохранные, более развитые психические процессы.
4. Принцип системности и последовательности в подаче материала - опора на разные уровни организации психических процессов.
5. Соблюдение необходимых условий для развития личности учащегося: создание комфортной ситуации, поддержание положительного эмоционального фона.

Аннотация

Целенаправленное психокоррекционное воздействие на подростков осуществляется через психокоррекционный комплекс, который состоит из взаимосвязанных этапов:

Этап подразумевает учебный год: I – 5 класс, II – 6 класс, III – 7 класс, IV – 8 класс, V – 9 класс. Опираясь на положение Л.С. Выготского, что развитие психики аномальных детей подчиняется тем же основным закономерностям, которые обнаруживаются в развитии нормального ребенка, мы определили задачи каждого этапа.

Задачи I этапа: 1. Обогащать эмоциональную сферу младшего подростка положительными переживаниями. 2. Формировать самостоятельность, уверенность в себе. 3. Формировать потребность в самооценке. 4. Развивать навыки общения.

Задачи II этапа: 1. Обогащать эмоциональную сферу подростка положительными переживаниями. 2. Формировать чувство собственного достоинства. 3. Развивать самостоятельность, уверенность в себе. 4. Развивать личностную рефлексивность.

Задачи III этапа: 1. Обогащать эмоциональную сферу подростка положительными переживаниями. 2. Развивать чувство собственного достоинства. 3. Развивать навыки сотрудничества со сверстниками. 4. Развивать навыки саморегуляции.

Задачи IV этапа: 1. Обогащать эмоциональную сферу подростка положительными переживаниями. 2. Развивать чувство собственного достоинства и уверенности в себе. 3. Развивать навыки сотрудничества со сверстниками. 4. Совершенствовать навыки саморегуляции.

Задачи V этапа: 1. Формировать адекватную самооценку. 2. Развивать навыки сотрудничества с окружающими людьми. 3. Совершенствовать навыки саморегуляции. 4. Формировать социально-психологическую готовность к личностному самоопределению.

Каждый этап состоит из нескольких разделов, направленных на решение основных задач Программы. Программа предусматривает концентрический способ предоставления психологического материала с элементами усложнения и расширения.

Объём программы для каждого года обучения составляет 68 часов в год. Количество занятий в неделю: 2.

Продолжительность занятия: 40 минут.

Каждый урок проводится в форме тренинга (группа до 5-6 человек). Общая структура занятия:

1 часть: "Разминка", в которую включены упражнения для профилактики нарушений зрения, дыхательные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики рук, настрой на предстоящую деятельность.

2 часть: "Основная", в которую включены упражнения по теме.

3 часть: "Заключительная", в которой подводятся итоги занятия, проводится "рефлексия".

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результатом реализации данной программы может считаться не столько успешное освоение им образовательной программы по предметам, сколько освоение жизненно значимых компетенций:

- овладение навыками коммуникаций;
- осмысление своего Я;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- гражданской идентичности;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир;
- формирование уважительного отношения к иному мнению;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие доброжелательности и эмоционального, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Апробация программы проводится на базе Муниципального образовательного учреждения Чарская средняя общеобразовательная школа №1 .

Критерий	Показатель	Диагностика
Формировать и развивать коммуникативные навыки	Сформировать у обучающихся умение выражать своё мнение	Метод беседы Метод наблюдения Метод интервью Методика: Тест Ряховского
	Научить аргументировать и отстаивать своё мнение	
	Сформировать умение слушать.	
	Научить соблюдать очерёдность в разговоре	
	Сформировать умение более точно выражать свои мысли с помощью грамматически правильного оформления предложений	

	<p>Научить при помощи общения удовлетворять свои потребности: социальные, эмоциональные и материальные</p> <p>Развить способность завязывать и поддерживать разговор</p>	
<p>Повысить уровень позитивного отношения к своему Я.</p>	<p>Понизить уровень негативных переживаний учащихся</p>	<p>Методика «Лесенка» Дамбо, Рубинштейн Методика «Изучение самооценки».</p>
	<p>Повысить уровень уверенности в себе</p>	
	<p>Повышение уровня самооценки</p>	
	<p>Сформировать у учащихся позитивный образа “Я”, т.е. абсолютного принятия человеком самого себя и других людей;</p>	
<p>Познакомить обучающихся с возможностями формировать свои жизненные планы и стратегии</p>	<p>Развитие способности самостоятельно определять цели своей жизни</p>	<p>Методика «Изучение способности к организованности».</p>
	<p>Сформировать у обучающихся навык планировать и управлять временем.</p>	
	<p>Развить умение организовывать свою деятельность</p>	
	<p>Научить искать ресурсы для создания и осуществления наиболее оптимального сценария своего дальнейшего развития.</p>	

5 класс (68 часов)

Тема	Тема занятия	Кол-во часов
Введение	Знакомство. Основные правила на уроках.	1
	Диагностика	3
	Что изучает психология, для чего она нужна человеку	1
	Чем отличается человек от животного	1
	Как и почему человек видит, слышит, чувствует, думает, говорит, действует	2
Я и другие	Я и моё самочувствие	1
	Режим дня	1
	Почему люди бывают плохие и хорошие, как мы об этом судим?	1
	Кого мы называем другом, товарищем, знакомым	1
	Почему мы ссоримся. Что такое конфликт.	1
	Конфликт это хорошо или плохо	1
	Хорошо ли мы знаем себя и своих друзей	1
	Какие плохие и хорошие качества есть у меня	4
	Как я общаюсь с незнакомыми людьми	1
	Правила безопасности.	1
Внимание и внимательность	Что такое внимание.	2
	Почему человек допускает ошибки.	2
	Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, на транспорте и т. д.	2
	Как люди оценивают человека с плохим вниманием (рассеянный, ненадёжный, бесполезный).	1
	Как стать внимательным.	1
Запоминай и помни	Словесная память	1
	Зрительная память	2
	Образная память	1
	Приёмы запоминания и воспроизведения	2
Воображение	Что такое воображение.	1
	Почему мы любим придумывать.	1
	Что я могу придумать	2
Эмоции	Откуда и как возникает хорошее и	1

	плохое настроение.	
	Какие бывают эмоции.	2
	Почему возникает страх. Программа коррекции страхов.	10
	Как мы распознаём горе и радость	1
	Почему ругают родители.	1
	Как подружиться со своим настроением.	2
	Чему я научился	3
	Резервные занятия	9

6 класс (68 часов)

Тема	Название темы	Кол-во часов
Ученье - свет, а не ученье - тьма	Узнавать неизвестное можно разными способами	1
	Решение задачи – это её понимание	1
	знание закономерностей экономии мысли	2
	Сам знанию хорошо, сам закрепляю - лучше.	1
	Компьютерная зависимость что это? Опасно ли это?	1
Учу и запоминаю	Чудесные слова (слуховое запоминание)	1
	Идём, запоминаем.	1
	Рисуем запоминаем	1
	Угадай предмет. (Тактильная память)	1
	Приёмы запоминания и воспроизведения	2
Внимание	Как правильно сохранить внимание на уроке, в процессе труда в школе и дома.	2
	Режим внимания.	1
	В каких случаях от человека требуется особое проявление внимания.	2
	внимание - это порядок мысли	1
	Учусь видеть нужное среди прочего	2
	важно уметь переключать внимание	1
	научись сосредотачиваться, научись и вдумываться.	3
	Глазомер мой глазомер.	2
Воображение	Какое место в жизни человека занимает воображение.	1
	Творчество и воображение.	2
Речь и общение	Общение что это.	1

	Роль речи в общении	1
	Может ли Маугли заговорить	1
	Язык жестов и движений	1
	Язык эмоций и чувств	1
	Моё слово	1
	Можно ли согреть словом	1
	Можно ли обидеть словом	1
	Правила общения	1
Конфликт	Какие черты характеризуют невоспитанного человека. Как они проявляются.	2
	Виды конфликтов	2
	Функции конфликтов	1
	Как я общаюсь с близкими людьми.	1
	Как я общаюсь со взрослыми людьми	1
	С кем мы чаще всего ругаемся, а с кем договариваемся.	2
	Как правильно договориться	1
Эмоции	Эмоции и чувства	1
	Цепная реакция	2
	Агрессия, раздражительность, злость	1
	Методика «Тест Басса-Дарки»	3
	Рассерженные шарики	2
	Слёзы не всегда беда	1
	Чему я научился	3
	Резервные занятия	7

7 класс (68 часов)

Тема	Тема занятия	Кол-во часов
Введение	Как работают психологи.	1
	Можно ли просить о помощи.	1
Как мы познаем мир	Виды памяти	1
	Виды мышления: наглядно-образное	1
	Виды мышления: словесно-логическое	1
	Мнемонические опоры	1
Общение	Как понять человека	2
	Мы все одинаковые и все разные.	1
	Что такое талейрантность?	1
	Что думаем, то и говорим, правильно ли это?	1
	Зачем человеку правила?	2
	Что мы хотим, что мы получаем от общения?	1

	Методика: «Тест Ряховского»	1
	Обсуждение результатов методики	1
Я	Что такое характер	1
	Отрицательные качества характера	2
	Положительные качества характера	2
	Какие качества характера есть у меня	4
	Характер и поступки	2
	Как я сам себя оцениваю и как оценивают меня люди?	2
	Понятие самооценка	1
	Виды самооценки	1
	Самооценка и поступки	2
	Методика: Тест «Самооценка»	2
	Обсуждение результатов методики	1
	Я и моя профессия	Понятие профессия- специальность.
Для чего выбирают профессию. Упражнение «Угадай профессию».		1
Упражнение «Если бы у меня всё было, работал бы я?»		1
Методика «Дифференциально-диагностический опросник»		3
Эмоции	Зачем нужны эмоции	1
	Совесь, вина - что это за эмоции?	1
	Законы эмоций	1
	Как управлять эмоциями?	2
Воля	Понятие воли.	1
	Волевые качества.	1
	Методика «Сила воли».	2
	Обсуждение результатов методики	1
Я и время	Время в нашей жизни	1
	Умею ли я распределять своё время	1
	Правила тайм менеджмента	2
	Чему я научился	3
	Резервные занятия	8

8 класс (68 часов)

Тема	Тема занятия	Кол-во часов
диагностика		3
Как мы познаём мир	Закрепление правил развития психических процессов: восприятия, памяти, внимания, мышления, классификации	5
Я	Как преодолеть страх, неуверенность, чувство вины	2

	Что такое стресс и как его преодолеть	2
Воля	Личность	1
	Волевые качества личности	1
	Правила воспитания воли	1
Темперамент	Темперамент – это...	1
	Виды темперамента	2
	Чем отличается темперамент от характера.	1
	Методика «Опросник Айзенка».	3
	Работа по методике «Опросник Айзенка».	2
Профориентация	Связь эмоций с миром профессий.	1
	Связь темперамента с миром профессий	1
	Связь характера с миром профессий	1
	Классификация профессий по целям, предметам и средствам труда. Условия труда.	3
Я среди людей	Человек среди людей	2
	Особенности подросткового возраста	2
	Как понять другого человека	1
	Чем мы отличаемся друг от друга	1
	Что такое общение.	1
	Портрет моего друга	2
	Общение между юношами и девушками	1
	Я – часть семьи.	1
	Я – часть класса. Портрет моего класса.	1
Я – часть школы.	1	
Конфликт	Причины конфликтов	2
	Правила поведения в конфликте	1
	Что делать с негативными эмоциями	1
	Как предотвратить конфликт	2
эмоции	Что такое эмпатия?	2
	Зачем мне нужна эмпатия?	2
	Развиваем эмпатию.	2
	Эмпатия в действии	2
	Чему я научился	3
	Резервные занятия	8

9 класс (68 часов)

Тема	Тема занятия	Кол-во часов
------	--------------	--------------

Моя жизнь	Что изучает психология и зачем она нужна человеку	1
	Понятие ценностные ориентации.	2
	Виды ценностных ориентаций.	2
	Упражнения «Ценностные ориентации»,	1
	«Ценностные ориентации в профессии».	1
	Что такое проблема?	1
	Что я могу сделать для осуществления желаемого	1
	Что не могу я, но могут другие	1
	Развитие умения управлять своими желаниями	2
я	Личность это....	1
	Социальные роли.	3
	Я пятый класс, я девятый класс. Что изменилось	2
профориентация	Понятие профессия- специальность.	1
	Мои интересы	1
	Профориентационная игра «Клуб знатоков профессий».	2
	Куда пойти учиться?	1
Я и здоровье	Стресс - что это	1
	Техники снятия мышечного напряжения	8
	Вредные привычки	2
	Жить без вредных привычек - здорово	1
эмоции	Вода и эмоции	2
	Высшие эмоции: любовь, счастье	1
	Как простить обиду?	2
конфликт	Как отстаивать своё мнение и не вступить в конфликт	2
	Что значит принять решение	1
	Барьеры общения	1
	Стратегии в конфликте	2
общение	Техники слушания	1
	Техники высказывания	2
	Как не поддаваться чужим словам и эмоциям	2
	Повторение изученного	4
	Чему мы научились	3
	Резервные занятия	8

Литература

1. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах/ авт.-сост. С.А. Коробкина. – Волгоград: Учитель, 2010;
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика. – М.: ТЦ Сфера, 2005; 3. Вачков И.В. Сказка о самой душевной науке. – М.: Генезис, 2013;
3. Антипанова Н.А. «Особенности развития детей с нарушениями интеллекта», Международный журнал гуманитарных и естественных наук №2 2016 г. С. 24-27
4. Володина Ю.А. Дорога в жизнь, или Путешествие в будущее...- М.: Генезис, 2012;
5. Выготский Л.С. Основы дефектологии. – СПб.: Издательство «Лань», 2003;
6. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми. – М.: Книголюб, 2004.
7. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010;
8. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. – М.: Академия, 1997;
9. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций программа уроков психологии (7 класс). – СПб.: Издательство «Речь», 2003;
10. Модели взаимодействия с детьми группы риска/ авт.-сост. А.Н. Свиридов. – Волгоград: Учитель, 2011;
11. Соловьева С.В. –Социализация детей с интеллектуальными нарушениями в контексте модернизации системы образования: опыт, проблемы, перспективы. – Екатеринбург, 2015 год.
12. Симановский А.Э. – «Психологическая коррекция для детей с умственной отсталостью» - Ярославль 2012 год
13. Письмо МОиН РФ от 14 декабря 2015 года №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»;
14. Письмо МОиН Самарской области от 17.02.2016 №МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности»;
15. Рефлексивные техники эмоционального состояния детей/ авт.-сост. Л.А. Свешникова. – Волгоград: Учитель, 2010;
16. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). – М., 2014;
17. Хухлаева О.В. Школьная психологическая служба. Работа с учащимися. – М; Генезис 2010 г.

Интернет источники:

Yspu.org/

<https://psychiatr.ru>

<https://e-koncept.ru>

<https://www.dissercat.com>

<https://moluch.ru>

<https://cyberleninka.ru>

<https://intjournal.ru>

<https://www.sgy.ru>

