

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат среднего общего образования села Уэлен»

Принято
на заседании педагогического совета
Протокол №01/18-19
от «31» августа 2018г.

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ
«Ш-ИС-СО с. Уэлен»


Г.И. Дровозов

Рабочая программа

«Все мы люди»

основного общего образования

(5-8 классы)

Педагог-психолог: Кюла И.Е.

Пояснительная записка

Рабочая программа педагога-психолога «Все мы люди», для обучающихся 5-8 классов (составлена на основе авторских программ «Открой себя» автор Е. В. Рылеева, «Я-человек» С.А.Козлова) основной образовательной программы общего образования, которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности и модифицирована на основе изученной литературы и опирается на нормативно-правовую базу:

➤ Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99 ФЗ, от 23.07.2013 N 203 ФЗ);

➤ Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

➤ Нормативно-методические документы Минобрнауки Российской Федерации и другие нормативно-правовые акты в области образования;

➤ Устав МБОУ «Ш-И С ОО с.Уэлен»;

➤ Образовательная программа МБОУ «Ш-И С ОО с.Уэлен» на 2018-2019 уч. год;;

Цель программы - повышение самостоятельности детей и расширить возможности их общения в современном обществе, через преодоление барьеров в общении, развитии лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Задачи программы:

- сформировать условия для положительных межличностные взаимоотношения между детьми, на основе которых каждый ребенок смог быть успешно социализироваться;
- сформировать конструктивный образ «Я», навыки самопознания;
- развивать условия для развития эмоционально – волевой сферы;

- развивать навыки работы в коллективе;
- развивать способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям;
- расширять словарный запас учащихся.

Общая характеристика коррекционного курса «Все мы люди»

(5-8 классы)

Содержание программы предполагается реализовывать в объеме 34 занятий за 1 год обучения. Каждая встреча рассчитана на 30–40 минут в зависимости от эмоционального состояния и физического самочувствия участников. Продолжительность занятий может быть увеличена или уменьшена по желанию преподавателя в зависимости от перечисленных выше факторов.

Выбрана групповая форма работы, занятия построены в форме игры или упражнений и включены методики, стимулирующие развитие детей, как в сфере взаимоотношений, так и в познавательной деятельности. Игровая деятельность обучает ребенка управлять своим поведением и через взаимодействие с другими расширяет его ролевой репертуар. Общение в группе расширяет границы видения ребенком своих возможностей через отражение действий других и с другими. Создание ситуации успеха выявляет способность ребенка в самоактуализации и более эффективном усвоении получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у наших детей является развитие эмоциональной стороны личности и речи. Детям трудно выражать свои мысли и чувства, обращаться к другим, получать обратную связь, поэтому в программу включены постановка известных сказок и придумывание своих с последующим их проигрыванием, сочинение рассказов, разыгрывание сценок из жизни семьи.

Структура занятий включает в себя разминку, основную часть, обсуждение занятия и релаксационные упражнения. Упражнения для разминки и релаксации могут варьироваться в зависимости от психоэмоционального состояния учащихся и группы. Начинается курс вводным занятием, на котором учащиеся знакомятся с основными правилами работы в группе. Тематика развивающих занятий для детей с умственной отсталостью степени включает два основных блока: 1 блок «Что я знаю о себе» и 2 блок «Я и другие». Содержание первого блока помогает разобраться в личностных особенностях своего «Я» узнать свою самооценку, познакомиться с многообразием чувств и эмоций, определить свои достоинства и недостатки. Второй блок включает темы, связанные с изучением особенностей взаимоотношений с окружающими людьми.

Программа занятий вариативна, является гибкой в зависимости от психологических особенностей участников группы и индивидуальных психологических особенностей. Некоторые занятия в ходе прохождения программы могут дублироваться (по желанию участников или решению педагога – психолога) с целью усвоения практического опыта или завершения психолого-педагогического воздействия.

Место психологического курса «Все мы люди»

Реализация рабочей программы коррекционных занятий курса «Все мы люди» рассчитан на 34 часа, (34 учебные недели, по 1 часу в неделю).

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
8 часов	8 часов	10 часов	8 часов	34 часа

Личностные и познавательные результаты освоения коррекционного курса «Все мы люди»

Освоение коррекционного курса «Все мы люди» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

индивидуальное (личностное) развитие и регулятивное развитие

- умение самоорганизовывать свою деятельность;
- умение выполнять действия по инструкции;
- совершенствование двигательных и координационных навыков;
- формирование активного словаря; организация моторно-двигательной

артикуляции;

- развитие речевой и мыслительной деятельности;

коммуникативное развитие

- развитие и совершенствование коммуникативных навыков;
- расширение возможности их общения в современном обществе;
- сформированность положительных межличностных взаимоотношений

между детьми, на основе которых каждый ребенок сможет успешно социализироваться;

- освоение навыков работы в коллективе;
- умение распознавать эмоции и научение самоконтролю, адаптации и

социализации в целом;

развитие и совершенствование коммуникативных навыков и эмоционально-волевой сферы

- становление умения владеть средствами общения;

- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование коллективного обсуждения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;
- способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я»;

развитие речевой и мыслительной деятельности

- приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков;
- формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения;
- становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения;

- расширение словарного запаса;

развитие произвольности психической деятельности

- умение работать по образцу и в соответствии с инструкцией педагога;
- произвольная регуляция поведения и естественной двигательной активности в учебных ситуациях;
- произвольность как компонент речевой деятельности, овладение планирующей функцией речи (ответы на вопросы в точном соответствии с заданием, умение выражать свои мысли в речи, развернуто рассказывать о последовательности выполнения учебной работы);
- навыки осуществления контроля своей деятельности, овладение контрольно-оценочными действиями.

Для учета занятий и степени усвоения материала ведется журнал, индивидуальный дневник учащегося, где оценивается выполнение заданий, усвоение материала и эмоциональный фон воспитанника. Осуществляется контроль и мониторинг воспитанников, используется диагностирование: стартовое, текущее, итоговое.

Содержание коррекционного курса «Все мы люди»

Содержание курса предусматривает степень нарастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни.

Блок 1: «Что я знаю о себе». Содержание первого блока помогает разобраться в личностных особенностях своего «Я» узнать свою самооценку, познакомиться с многообразием чувств и эмоций, определить свои достоинства и недостатки.

Цель: развитие эмоционально-волевой и личностной сферы, учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций.

Содержание: тренировочные упражнения, специальные задания, дидактические и развивающие игры (беседа, психогимнастика, ролевая игра, арт-терапевтические техники, дискуссия, проблемные ситуации, эмоционально-гимнастические методы, релаксационные методы, когнитивные методы).

Планируемые результаты:

Личностные: формирование Я-концепции; мотивация достижения успеха; развитие эмоциональной компетентности в общении; улучшение адаптации в школе и повышении продуктивности учебной деятельности.

Регулятивные: соблюдение правил поведения на занятии, в школе, при взаимодействии в обществе, управление эмоциональными проявлениями. Способность планировать свои действия, повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности; снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов.

Коммуникативные: сформированность умения правильно выражать свои чувства; умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников; овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении; улучшение социально-психологического климата во взаимодействиях воспитанников.

Блок 2: «Я и другие». Второй блок включает темы, связанные с изучением особенностей взаимоотношений с окружающими людьми.

Цель: формирование самоорганизации и эмоциональной регуляции.

Содержание: организуется возможность целенаправленной организации собственной деятельности в определенном «русле» (мнемические процессы, речемыслительная деятельность и т.п.) или произвольной регуляции своей познавательной активности, в том числе и в смысле ограничения (или даже прекращения) собственной деятельности. Используются упражнения на удержание инструкции, распределение внимания по ряду признаков одновременно, упражнения, которые способствуют умению сдерживать и анализировать свои эмоции, переживания и поведение (в том числе и речевую активность).

Планируемые результаты:

Личностные: умение управлять своим поведением, самоорганизовать свою деятельность.

Регулятивные: соблюдения правил поведения на занятии, в школе, при взаимодействии в обществе, управление эмоциональными проявлениями в различных ситуациях.

Коммуникативные: умение контролировать словесный поток, анализировать ситуацию взаимодействия и подбирать модель общения.

Количество часов – 34

В неделю – 1 час

№ п/п	Наименование тем раздела (блока)	Кол-во часов
1.	«Что я знаю о себе». Содержание первого блока помогает разобраться в личностных особенностях своего «Я» узнать свою самооценку, познакомиться с многообразием чувств и эмоций, определить свои достоинства и недостатки.	18
2.	«Я и другие». Второй блок включает темы, связанные с изучением особенностей взаимоотношений с окружающими людьми.	16
ИТОГО:		34

Тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся

№ занятия	Раздел.Тема занятия	Дата проведения	Количество часов	Определение основных видов деятельности обучающихся
	«Что я знаю о себе»		18 ч.	Содержание блока помогает разобраться в личностных особенностях своего «Я» узнать свою самооценку, познакомиться с многообразием чувств и эмоций, определить свои достоинства и недостатки.
1.	«В начале пути»		1	-знакомство; -становление правил поведения в группе; -снятие эмоционального напряжения, создание рабочей атмосферы.
2.	«САМощность»		1	-установление контактов между участниками; -снятие эмоционального и телесного напряжения; -развитие навыков совместной игры.
3.	«Мое тело»		1	-закрепление знаний о своем теле; -формирование и закрепление представлений о гендерных различиях.
4.	«Мои привычки-мое здоровье»		1	-изучение привычек обучающихся; -закрепление полезных привычек с помощью методов вербализации.
5.	«Волшебные рисунки»		1	-гармонизация эмоционального состояния; -развитие и познание внутреннего мира ребенка; -снятие напряжения и агрессивных тенденций; -осознание чувств.

6.	«Мой волшебный мир»		1	-гармонизация эмоционального состояния ребенка; -развитие навыков самопознания; -познание внутреннего мира ребенка.
7.	«Необыкновенная скорлупа»		1	-гармонизация эмоционального состояния ребенка; -развитие умения работать в коллективе; -развитие навыков самопознания; -познание внутреннего мира ребенка.
8.	«Мои достижения»		1	-гармонизация эмоционального состояния ребенка; -развития самопознания; - развитие коммуникативных умений и навыков; -развитие адекватной самооценки.
9.	«Я глазами других»		1	-снятие психоэмоционального напряжения; -развитие самопознания; -развитие коммуникативных умений и навыков.
10.	«Взаимодействие»		1	-взаимодействие участников группы; -развитие коммуникативных умений и навыков.

11.	«Вместе»		1	<ul style="list-style-type: none"> -осознание неконструктивного поведения и выражения своего отношения к нему; -развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий; -развитие самопознания.
12.	«Меня ругают, потому что?»		1	<ul style="list-style-type: none"> -гармонизация психоэмоционального состояния; -повышение активности и адекватной самооценки детей; - формирование навыков самоанализирования своих поступков; -принятие и осознание своих негативных качеств.
13.	«Моя планета»		1	<ul style="list-style-type: none"> - развитие воображения; - развитие мышления, речи.
14.	«Покажи чувства»		1	<ul style="list-style-type: none"> - развитие мимики и умения определять эмоции; - развитие наблюдательности.
15.	«Узнай другого - узнай себя»		1	<ul style="list-style-type: none"> - развитие межличностных отношений в группе; - развитие памяти (в т.ч. тактильной), внимания, пополнение словарного запаса
16.	«Город героев»		1	<ul style="list-style-type: none"> - расширение словарного запаса; - повышение самооценки; - развитие навыков логического и творческого мышления, произвольности внимания, памяти, воображения.

17.	«Мой портрет»		1	- повышение самопринятия; - развитие у детей интереса к себе; - самораскрытие членов группы.
18.	«Мой день рождения»		1	- преодоление барьеров общения; - снятие напряжения, стабилизация психических процессов.
«Я и другие». Второй блок включает темы, связанные с изучением особенностей взаимоотношений с окружающими людьми. 16 ч.				
19.	«Двигаемся дальше»		1	-изучение мотивов негативного поведения; -изучение агрессивного поведения других людей; -развитие коммуникативных умений и навыков.
20.	«Как справиться с плохим настроением?»		1	- развитие коммуникативных навыков; - снятие психоэмоционального напряжения; - изучение видов досуговой деятельности.
21.	«На пути»		1	-установление более тесных взаимоотношений между участниками тренинга; -формирование навыков рассказывать о себе; -развитие мелкой моторики, координации.
22.	«Я и другие»		1	-формирование доверительного и дружественного взаимодействия участников группы; -развитие коммуникативных и эмпативных умений и навыков.
23.	«Все мы люди»		1	- изучение эмоций и их проявление, проигрывание их. Психогимнастика: «Эмоции»; - упражнения релаксационного

				характера, упражнение «Что я делаю, когда злюсь», проигрывание ситуаций, чтение предложение, применяя интонации изученных эмоций. Конкурс чувствоведов.
24.	«Я и мой друг»		1	- формирование понятия «дружба», «взаимопомощь», «взаимовыручка»; - получение опыта конструктивного сотрудничества.
25.	«Я и мой враг»		1	- формирование навыков адекватного эмоционального реагирования в случаях неблагоприятных условий жизни при психотравмирующих обстоятельствах.
26.	«Я и учитель»		1	- формирование осознанного восприятия эмоций, умения понимать эмоциональное состояние другого человека; - развитие умения адекватно выражать свои эмоции; - развитие понимания субординации.
27.	«Транспорт»		1	-познакомить детей с различными видами транспорта (автобус, троллейбус, трамвай, автомобиль); -обучить элементарным правилам дорожного движения; создать ситуации, приближенные к реальности, для реализации полученных навыков.
28.	«Магазин»		1	-обучение навыкам самостоятельного посещения магазина; -формирование и закрепление умения обращаться за помощью, строить диалог.
29.	«Мы среди незнакомых людей»		1	-обучение навыкам самостоятельного ориентирования на улице, в общественных местах;

				-формирование и закрепление умения обращаться за помощью, строить диалог.
30.	«Идем в гости»		1	-формирование навыков поведения в гостях, элементарных норм этикета; -умения знакомиться друг с другом, вести себя в обществе.
31.	«Выплеск»		1	-осознание накопившихся отрицательных эмоций; -обсуждение конструктивных способов разрядки гнева и агрессии; -обучение методам саморегуляции.
32.	«Договор уговор»		1	-снижение уровня личностной тревожности; -формирование положительной мотивации к учебным занятиям.
33.	«Солнышко и туча»		1	-гармонизация эмоционального состояния; -развитие самопознания; -развитие коммуникативных умений и навыков.
34.	«Завершение»		1	-повторение; -завершение работы группы.
	Итого		34	

Материально-техническое обеспечение коррекционного курса «Все мы люди»

Функциональные зоны кабинета/ инвентарь, материалы	Зона для занятий	Зона для релаксации	Рабочая зона
1.	стол, стулья	сухой бассейн	компьютер
2.	демонстрационный и другие наглядные материалы (карточки, изображения)	диван, распылитель для ароматерапии, аромасла, зеркальные настенные панели, зеркальный шар, мешочек для тактильного восприятия предметов, комплект CD-дисков релаксационной музыки, фигурки животных, ксеноновый фонарик, мячи, клубок «Молекула», ролик-шейкер	принтер
3.	спортивные снаряды для физкультминуток и развития (мягкие мячи, палки, скакалки, фитбол и т.д.)	арсенал для арт-терапии (карандаши, краски, пластилин и т.п.) и пескотерапии (камушки, песок, ракушки и т.п.)	стол, стул
4.	игровой комплект «Карточки-поведения»; комплекты «Лего»; развивающие игры и игрушки (звуковые, тактильные, логические)	магнитофон и записи релаксационной музыки	

Список литературы

1. Алябьева Е. А. «Я, ТЫ, МЫ»: Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам школьных учреждений. – М. : ТЦ Сфера, 2011. – 96с.
2. Белоусова Л. Е. Сборник игр и упражнений: Методическое пособие для психологов. – СПб. : «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2009. – 144с.
3. Веракса Н. Е. Понимаете ли вы своего ребенка? : книга для родителей. – М. : Дрофа, 2006. – 91с.
4. Волковская Т. Н., Юсупова Г. Х. Психологическая помощь подростку – М. : Книголюб, 2012. – 104с.
5. Гатанов Ю. Развиваю воображение. – СПб. : Издательство «Питер», 2006. – 144с.
6. Иванова Е. А. Домашнее сопровождение. СПб. : Издательство «Речь», 2008. – 96с.
7. Картушина М. Ю. Логоритмика. М. : 2015. – 208с.
8. Никулина Ф. Х. Занятие на развитие самооценки личности //Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" 2008-2009 уч. г.
9. Чистякова М. И. Психогимнастика. /Под ред. Буянова М. И. — 2-е изд. — М. : Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160с.
10. Шипицына Л. М., Защирина О. В., Воронова А. П., Нилова Т. А. Азбука общения: Развитие личности ребенка, конструктивное общения со взрослыми и сверстниками.– «ЮНОСТЬ-ПРЕСС», 2015. – 384с.