

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

«Рассмотрено»

Руководитель МО

«Согласовано»

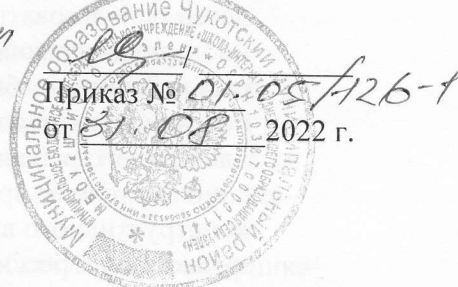
Заместитель директора
по УМР

«Утверждено»

И. о. директора МБОУ
Ш-ИСОО с. Уэлен»

Протокол № 1
от 29.08. 2022 г.

Протокол № 1
от 30.08. 2022 г.



Рабочая программа

«Развитие познавательной, эмоционально-волевой сферы и навыков адекватного социального поведения младших подростков в условиях школы-интерната»
на 2022-2023 учебный год

Рабочая программа «Развитие познавательной, эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников в условиях школы-интерната» составлена на основе авторской программы, разработанной Т.В. Азаровой, М.Р. Битяновой (Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. –М.: Изд-во «Совершенство», 1998.-352 с. -(Практическая психология в образовании). Педагог- психолог Тищенко Т.М адаптировала ее и дополнила психологическими играми и упражнениями К. Фопеля.(Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. Часть 1-4. –М. Генезис, 2006)

Данная программа представляет собой систему взаимосвязанных занятий, направленных на формирование у школьников необходимого уровня жизненно важных умений и навыков, психологической готовности в сферах обучения, общения со сверстниками и педагогами, мотивационной готовности.

Срок реализации программы один учебный год.

Занятия проводятся 1 раза в неделю.

Запланировано 20 занятий.

с. Уэлен, 2022-2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Развитие познавательной, эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников в условиях школы-интерната» адресована младшим подросткам, обучающимся, воспитанникам 5-6 классов.

Актуальность темы.

Среди обучающихся, воспитанников, прибывших в школу-интернат, нет неспособных к обучению, к усвоению знаний и навыков. Низкие школьные результаты связаны со многими внешними и внутренними причинами. Важное место среди них занимает неумение детей использовать в учебной работе свои особенности и возможности. Смысл коррекционно-развивающей работы психолога, во-первых, в создании таких условий, при которых ребенок мог бы осознать, какие свойства ему необходимы для успешной деятельности, какие индивидуальные резервы для этого у него имеются: во-вторых, в разработке для каждого ребенка путей и способов формирования необходимых свойств.

В настоящее время увеличивается доля детей, у которых слабо сформированы навыки конструктивного взаимодействия, ролевого поведения. Во многих классах педагоги сталкиваются с агрессивным-конкурирующим поведением детей. Ребенок подчас слабо понимает «свою психологическую роль внутри группы, что вызывает состояние тревоги, страха, дезадаптации.

Значимость программы.

Общение людей друг с другом - чрезвычайно сложный и тонкий процесс. Неэффективность в общении может быть связана с полным или частичным отсутствием того или иного коммуникативного умения, например, умения ориентироваться и вести себя в конкретной ситуации. Она также может быть вызвана недостаточным самоконтролем, например, из-за неумения справиться с перевозбуждением, импульсивностью, агрессией и т. д.

Каждый из нас учится ему в ходе всей своей жизни, приобретая опыт, который часто строится на ошибках и разочарованиях. Можно ли научиться общению, не используя для этого только свой реальный опыт? Да, и сделать это при помощи игры. Игра - это модель жизненной ситуации, в частности общения, в процессе которой человек приобретает определенный опыт. Кроме того, совершая ошибки в искусственной ситуации общения, человек не чувствует той ответственности, которая в реальной жизни неизбежна. Это дает возможность больше пробовать, проявлять творчество, искать более эффективные формы взаимодействия друг с другом и не бояться "поражения".

II. Общая характеристика программы.

Рабочая программа «Развитие познавательной, эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников в условиях школы-интерната» составлена на основе программы, разработанной Т.В. Азаровой, М.Р. Битяновой (Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. -М.: Изд-во «Совершенство», 1998.-352 с. -(Практическая психология в образовании). Педагог- психолог Тищенко Т.М адаптировала и дополнила ее психологическими играми и упражнениями К. Фопеля.(Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. Часть 1-4. -М. Генезис, 2006)

Цель программы:

- создание социально-психологических условий для успешной адаптации и социализации в ситуации школьного обучения,
- формирование у учащихся необходимых жизненно важных умений и навыков.

Задачи:

- Развитие у детей когнитивных умений и способностей, необходимых для успешного обучения в школе.
- Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.

— Формирование устойчивой учебной мотивации, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

Методы работы: беседа; ролевая игра; упражнения по межличностной коммуникации; дыхательные и двигательные упражнения; релаксационные упражнения

Форма занятий

Психологические групповые занятия с элементами тренинга

Принципы реализации программы:

1. *Принцип индивидуализации* предполагает учёт возраста, уровня общего состояния ребёнка.

2. *Принцип доступности* от уровня психологических особенностей ребёнка.

3. *Принцип наглядности* – демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игра подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.

4. *Принцип систематичности и последовательности* заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

5. *Принцип научности* лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям младших подростков.

6. *Принцип оздоровительной направленности* обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

III. Описание места программы в основной образовательной программе

Данная программа входит в коррекционно-развивающее направление работы педагога-психолога. В программу включен цикл из 20 занятий, которые проводятся во внеурочное время 1 раз в неделю продолжительностью – 40 мин. каждое. Количество участников группы – до 8 человек. Срок реализации программы: 2022-2023 учебный год.

IV. Описание ценностных ориентиров содержания программы

Рабочая программа «Развитие познавательной, эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников» составлена с учётом возрастных и психологических особенностей младших подростков. Данная программа представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике и направленных на формирование у школьников необходимого уровня жизненно важных умений и навыков, психологической готовности в сферах обучения, общения со сверстниками и педагогами, мотивационной готовности.

Занятия по программе помогают наладить адекватные межличностные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства, скорректировать свое поведение.

V. Ожидаемые результаты:

В процессе занятий по программе у детей расширяются кругозор, навыки и умения мыслительной деятельности, коммуникативные умения. Данная программа закладывает фундамент, совершенствует мыслительную деятельность школьника, которая в дальнейшем обеспечит успешность учебной деятельности. Она помогает младшим подросткам научиться: различным способам взаимодействия с людьми, приемам и навыкам приемлемых способов поведения, контролировать свое поведение; уважать себя и окружающих; осознавать свои эмоции и мотивы поведения, а также понимать мотивы, чувства и поведение других людей. В процессе занятий у учащихся формируются знания об эмоциональном мире человека и способах управления им. Они развивают коммуникативные навыки, учатся замечать и принимать индивидуальные особенности других людей, учатся высказывать свое мнение, выслушивать мнение другого человека, осваивают навыки по-

зитивного общения в группе, у них формируется внимательное и доброжелательное отношение друг к другу.

В результате занятий младшие подростки узнают правила общения в группе, этические нормы, осознают свои характерные особенности и предпочтения.

VI. Содержание программы

Основное содержание групповых занятий составляют игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников. Скажем, упражнение на развитие внимания может одновременно способствовать выработке навыков общения, способствовать сплочению группы, позволять ребенку познать еще какие-либо новые стороны своего «Я».

Каждое упражнение должно быть проведено несколько раз: с усложнениями, с передачей функций ведущего от взрослого к каждому желающему ребенку, другими возможными вариациями. Если упражнение полностью отработано, но очень нравится детям, его надо включать в работу группы до тех пор, пока желание выполнять его сохраняется. Вместе с тем еще одним необходимым элементом всех занятий является психотехники, направленные на развитие собственно групповых структур и процессов, поддержание благоприятного внутригруппового климата, сплочение и организационное развитие детского сообщества.

Структура группового занятия со школьниками включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминка, рефлексия прошлого занятия, основное содержание занятия, рефлексия текущего занятия, ритуал прощания. Остановимся подробнее на каждом из элементов встречи.

Ритуалы приветствия-прощания являются важным моментом работы с группой, позволяющим спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что, в свою очередь, чрезвычайно важно для плодотворной работы. Ритуал предлагается и исполняется в первый раз уже на первом занятии, и задача взрослого — неукоснительно выполнять его каждую встречу, наблюдая за тем, чтобы в него были включены все дети. Желательно, чтобы в ходе развития группы контроль над исполнением ритуала перешел к членам самой детской группы.

Разминка является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если психолог видит необходимость как-то изменить актуальное эмоциональное состояние детей. Соответственно, разминочные упражнения необходимо выбирать с учетом актуального состояния группы и задач предстоящей деятельности. Определенные разминочные упражнения позволяют активизировать детей, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения.

Основное содержание занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного развивающего комплекса. Как уже говорилось выше, приоритет отдается многофункциональным техникам, направленным одновременно и на развитие познавательных процессов, и на формирование социальных навыков, и на динамическое развитие группы. Важен также порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность упражнений должна предполагать чередование деятельностей, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике и др. Упражнений должно быть немного, 4—5 игр, при этом часть из них были разучены на прошлом занятии. Начинать и заканчивать эту часть занятия хорошо одной из любимых игр детей, созвучной с темой текущей встречи.

Рефлексия занятия предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось — не понравилось, было хорошо — было плохо и почему) и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия прошлого занятия предполагает, что дети вспоминают, чем они занимались в последний раз, что особенно запомнилось, зачем они это делали. Психолог предлагает вспомнить, с кем они обсуждали эти упражнения после встречи, показывали ли другим людям и что из этого получилось, объясняет, как это могло помочь им в учёбе или общении вне занятий. Рефлексия только что прошедшего занятия предполагает, что дети сами или при помощи взрослого отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают эмоциональную обратную связь друг другу и психологу.

Содержание тем программы

№ занятия	Задачи	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Введение в работу группы. Знакомство с программой занятий, нацеливание на хороший результат	Психологические упражнения и игры: «Хлопки», «Мяч», «Штирлиц», релаксация «Водопад».	1
2	Стимулирование внутригруппового общения, развитие памяти, внимания, логического мышления, работа со словарным запасом детей.	Психологические упражнения и игры: «Мяч», «Закончи слово», «Тропинка», «Гомеостат», релаксация «У моря».	1
3	Развитие межличностного общения в группе, развитие памяти, внимания, пополнение словарного запаса.	Психологические упражнения и игры: «Закончи слово», «Конспиратор», «Гомеостат», релаксация «Волшебный цветок добра».	1
4	Развитие общения в группе, развитие наблюдательности, памяти, умения объединять слова в группы, определять к какой группе относится то или иное слово.	Психологические упражнения и игры: «Конспиратор», «Переходы», «Кто есть кто, что есть что?», «Гомеостат», релаксация «Золотая рыбка».	1
5	Развитие наблюдательности, внимания, памяти, произвольности движений, умения объединять слова в группы по определенным признакам, определять, к какой группе относится слово.	Психологические упражнения и игры: «Переходы», «Кто есть кто, что есть что?», «Запретное движение», «Гомеостат», релаксация «Морское царство».	1
6	Развитие внимания, зрительной памяти, логического мышления (умения определить, к какой группе относится слово), произвольности движений, расширение словарного запаса.	Психологические упражнения и игры: «Запретное движение», «Запомни порядок», «Угадай группу», «Составим сказку», релаксация «Встреча с рыбкой».	1
7	Расширение словарного запаса детей, развитие навыков логического и творческого мышления, произвольного внимания, памяти, воображения.	Психологические упражнения и игры: «Составим сказку», «Слушай хлопки», «Тактильный образ», «Монолог картошки», релаксация «Танец рыбки».	1

8	Развитие произвольного внимания, умения логически мыслить, развитие мыслительных ассоциативных связей, расширение словарного запаса.	Психологические упражнения и игры: «Слушай хлопки», «Рассказ наоборот», «Футболист», «Определения», релаксация «На лугу».	1
9	Дальнейшее развитие мыслительных ассоциативных связей, пространственной ориентации, развитие наблюдательности, восприятия, памяти.	Психологические упражнения и игры: «Футболист», «Определения», «Как что сделал», «Невидимые слова», релаксация «Предсказатель будущего»	1
10	Развитие зрительного восприятия, внимания, самоконтроля, воображения, укрепление навыков счета, развитие различных видов памяти.	Психологические упражнения и игры: «Невидимые слова», «Запомни свое место», «Запретный номер», «Монолог портрета», релаксация «Путешествие на облаке».	1
11	Развитие произвольного внимания, памяти, волевой сферы, формирование выразительных движений, развитие коммуникативных способностей.	Психологические упражнения и игры: «Запретный номер», «Заколдованные», «Пасьянс», «Я не знаю», релаксация «Сила улыбки».	1
12	Развитие самоконтроля, внимания, умения распознавать и изображать чувства и настроения других людей.	Психологические упражнения и игры: повторение игр «Заколдованные», «Пасьянс», новые игры «Имитация», игра в мяч. Релаксация.	1
13	Развитие восприятия, внимания, умения определять чувства и настроения других, снятие агрессии и страха.	Психологические упражнения и игры: «Имитация», «Цвета», «Кляксы», «Кто быстрее». Релаксация.	1
14	Развитие активного внимания, памяти, сообразительности, логического мышления, умения распознавать, изображать настроения и чувства.	Психологические упражнения и игры: «Кто быстрее», «Инсценировка», «Сочиним рассказ». Релаксация.	1
15	Развитие воображения, памяти, внимания, способности к сосредоточению, умения изображать чувства и настроения других, снятие напряженности, страхов.	Психологические упражнения и игры: «Инсценировка», «Сочиним рассказ», «Дракон кусает свой хвост», «Слушай команду». Релаксация.	1
16	Обучение детей расслаблению, раскованности, снятие страхов, агрессии, развитие воображения, восприятия, наблюдательности.	Психологические упражнения и игры: «Слушай команду», «Кляксы», «Скучно, скучно так сидеть», «Определи игрушку». Релаксация.	1
17	Развитие воображения, творческого мышления, наблюдательности, развитие произвольного внимания, самоорганизации	Психологические упражнения и игры: «Скучно, скучно так сидеть», «Определи игрушку», «Разговор обезьяны и крокодила», «Дракон кусает свой хвост». Релаксация.	1

18	Развитие внимания, памяти, воображения, наблюдательности, формирование внутреннего плана действий, развитие координации.	Психологические упражнения и игры: «Слушай и исполняй», «Возьми и передай», «Снежный ком». Релаксация.	1
19	Развитие мышления, зрительной памяти, воображения, внимания, формирование внутреннего плана действий.	Психологические упражнения и игры: «Испорченный телефон», «Части тела». «Поиск аналогий», «Определи игрушку», «Повтори за мной» Релаксация.	1
20	Итоговое занятие	Беседа. Полюбившиеся игры. Релаксация.	1

VII. Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
1	Вводное занятие	1	
2	Игры на сплочение группы	1	
3	Межличностное общение в группе	1	
4	Умеем ли мы общаться?	1	
5	Учимся быть наблюдательными	1	
6	Учимся быть внимательными	1	
7	Развиваем познавательные способности	1	
8	Учимся логически мыслить	1	
9	Развиваем мыслительные ассоциативные связи	1	
10	Развиваем зрительную и слуховую память	1	
11	Что такое воля, волевые усилия?	1	
12	Учимся распознавать чувства и настроения людей.	1	
13	Разучиваем упражнения на снятие агрессии и страха.	1	
14	Учимся изображать настроение и чувства.	1	
15	Учимся снятию напряженности, страхов.	1	
16	Учимся расслабляться	1	
17	Развиваем творческое мышление, наблюдательность.	1	

18	Развиваем познавательные способности в игре.	1	
19	Развиваем умения формировать внутренний план действий Игры и упражнения на развитие умения устанавливать логические связи между словами.	1	
20	Итоговое занятие	1	

VIII. Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий необходимо: просторное помещение, столы, стулья, доска, цветная и белая бумага, цветные карандаши, кисточки, краски разных цветов (гуашь), мяч, повязки на глаза, музыкальное сопровождение, набор текстов для релаксации.

IX. Литература

1. Азарова Т.В., Битянова М.Р. Развивающая работа психолога на этапе адаптации детей к школе// Мир психологии. 1996. № 1.
2. Азарова Т.В., Афанасьева Е.И, Битянова М.Р., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. –М.: Совершенство, 1998.
3. Анашина Н.Ю. Энциклопедия интеллектуальных игр. - Ярославль: Академия развития, 2006 Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. М., 1993.
4. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. М., 1995.
5. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. Часть 1-4. –М. Генезис, 2006.
6. Чистякова М.И. Психогимнастика. –М.: Просвещение, 1990.