

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа коррекционного курса внеурочной деятельности «Ключ к успеху» в 8-9К классе разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МКОУ Александровская СОШ

Таким образом, общий объём занятий составляет 34 часа, (1 час в неделю, продолжительность занятия - 40 минут. Занятия проводятся с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Данная программа – это курс специальных индивидуальных занятий, направленных на развитие и коррекцию психических процессов и моторной деятельности учащегося с ОВЗ (умственная отсталость).

Задачи программы

дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого – «ведущего» и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;

создать возможность получения детьми опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;

передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам;

обсуждение ценностей и принципов, лежащих в основе выбора «правильного» способа решения той или иной задачи;

научить детей делать выбор в сторону наиболее адекватного способа решения жизненных задач;

учить детей видеть разные стратегии поведения в конфликтах и выбирать для каждого свои;

научить отстаивать свои границы, находить свое место в группе, распознавать, в каких случаях нарушаются их права;

дать ребятам возможность на своем опыте испытать, как возникает непонимание между партнерами по общению, увидеть своими глазами, как может искажаться информация, как достигнуть понимания, установить отношения сотрудничества;

научить распознавать барьеры в общении, как можно с ними справиться.

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ – ДЕТИ С ОВЗ 8-9 КЛ

дети ОВЗ с коммуникативными нарушениями, дезадаптивным поведением, застенчивые, агрессивные, тревожные,

дети, чья самооценка занижена, дети со страхом неудачи,

дети, чьи родители оказывают им мало поддержки,

дети, которые плохо адаптируются к коммуникативной стороне школьной жизни.

дети других национальностей,

дети не похожие на других по комплекции или манере вести себя

Занятия в рамках программы «**Азбука общения**» посвящены личностным проблемам, присущим детям данного возраста, проблемам, решение которых требует от ребенка навыков обращения с чувствами.

Форма занятий, с помощью которых взрослый «ведущий» транслирует данные навыки – **групповой тренинг**.

Таким образом, программа направлена на развитие эмоционального интеллекта через использование собственного поведенческого опыта и приобретение нового опыта взаимодействия со сверстниками, через осознание и изменение своих чувств, понимание чужих чувств в контексте решения возрастных задач развития ребенка. В ходе групповой тренинговой работы на поведенческом уровне создаются и закрепляются жизненно важные навыки самовыражения и сотрудничества, что является основой для благополучного личностного развития в младшем и среднем школьном возрасте.

Сознавая всю важность личностного развития на разных возрастных этапах школьного детства, ставится основная цель помочь детям на занятиях в полной мере решить разнообразные жизненные задачи их возраста.

Для успешной адаптации ребенка в обществе, развития эмоционального интеллекта, социальных качеств, предлагается коррекционно-развивающая программа «**Азбука общения**».

Так с помощью занятий дети смогут почувствовать в новой социальной ситуации некоторую независимость от семьи,

пережить новые возможности для освоения важных для них социальных ролей.

Коррекционно-развивающая программа «**Азбука общения**» составлена для подростков на основе

«Программы по развитию эмоционально-волевой и личностной сферы у детей младшего и среднего школьного возраста» (в основе модификация программы под редакцией С.В. Кривцовой «Жизненные навыки»), автора педагога-психолога Свешникова Г.Б.,

"Развитие навыков общения и позитивного отношения к себе", автора педагога-психолога Коуркиной Р.Р.

ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ «АЗБУКА ОБЩЕНИЯ»

1. Программа следует трем принципам воспитания:

принцип уважительного внимания к чувствам, мыслям, достижениям, настроениям и ошибкам ребенка, к его собственным темам – они важнее запланированного на сегодняшнее занятие содержания;

принцип справедливой, соразмерной оценки того, что ребенок предъявляет;

принцип признания любого человека безусловной ценностью, личностью, достойной внимания, уважения, принятия, сотрудничества

2. Методы и формы занятий по разделам программы «**Азбука общения**» соответствуют возрастным особенностям детей среднего школьного возраста

7. Темами уроков выбраны личные проблемы детей среднего школьного возраста, решение которых требует от ребенка навыков обращения с чувствами

8. На протяжении всех этапов освоения программы, переплетаясь, звучит несколько основных тем:

принятие себя (тема ведет к формированию сильного Я и готовности к внутреннему диалогу, дружественному отношению к себе самому);

мир людей (позволяет лучше ориентироваться в мире человеческих проблем, позволяет эмоционально чувствовать и яснее понимать мир);

мы: я и другие (ведут к пониманию ценности отношений с другими в жизни человека, учат ухаживать за отношениями и получать от них больше радости),

уважение к другим (тема о разрешении другим быть другими, об уважении непонятого и признании права на инаковость)

Справедливо оценивая интеллектуальные и коммуникативные способности детей, необходимо давать им возможность внести свой позитивный вклад в жизнь группы. Указывая на сильные стороны детей, обучая их умению видеть сильные стороны, друг друга и себя самого, дается возможность ощутить реальные опоры в ситуации неуверенности.

НАВЫКИ, КОТОРЫЕ ФОРМИРУЮТСЯ И РАЗВИВАЮТСЯ У ДЕТЕЙ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

ориентировка в способе поведения (что сказать и что сделать);

анализ ситуации (почему именно сейчас это нужно делать);

анализ позиции в свете ценностей и убеждений (какую позицию я занимаю, когда выбираю это поведение).

УМЕНИЯ, ПРИОБРЕТАЕМЫЕ НА ЗАНЯТИЯХ

слушать,	предвидеть последствия своих решений,
задавать вопросы,	извиняться,
не отвлекаться,	отвечать, когда тебя дразнят, провоцируют,
следовать инструкциям,	реагировать на критику,
дискутировать,	искать в ситуации варианты выбора решения,
выражать свои теплые чувства,	признавать свои ошибки,
просить и предлагать помощь, знакомиться, начать разговор,	доводить начатое дело до конца,
соблюдать правила игры,	отличать фантазии от реальности в пугающей ситуации,
отказать,	понимать ценностные основания плохого поведения другого (что плохого сделал этот человек, почему он это сделал, чего хотел достичь...),
отличать то, что нравится, от того, что не нравится,	удерживать в сознании различные картины мира разных людей

МЕТОДЫ, ПОЗВОЛЯЮЩИЕ НА ЗАНЯТИЯХ УСВОИТЬ УМЕНИЯ И НАВЫКИ:

работа с образами (рисование, лепка, создание бумажных скульптур);
работа с телом (движение, физическое упражнение, танец, поединок на старых газетах и т.д.);

рассказывание и разыгрывание историй и сказочных сюжетов;

ролевые игры;

метод совместных проектов;

беседа

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

у детей развивается важнейшее социальное чувство принадлежности к группе;
дети учатся слушать друг друга и давать друг другу пространство в рамках занятия;

учатся говорить о том, что они считают важным;

самое главное, что они свыкаются с мыслью - то, что их волнует, может быть важным и для остальных членов группы;

дети учатся поддерживать и понимать друг друга;

решаются проблемы дисциплины и внимания

ТРЕБОВАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ:

Место проведения занятий – психологическая комната (занятия динамичные, мебель в помещении легко двигается).

Одна из основных форм организации занятия – круг, поэтому можно располагаться: кругом на полу (на коврике), на стульях, пуфиках, модулях.

Столы понадобятся для изготовления групповых коллажей, рисунков, творческих работ в паре.

В комнате обязательно должно найтись место для того, кто сегодня не в настроении, рассержен, не готов выполнять правила. Это может быть, например, «стул для размышлений» (в поле видимости ведущего, а не ребят). Сидящий на стуле не участвует в занятии, вернее может слушать, но лишен права голоса, пока ему не станет лучше настолько, чтобы он смог вернуться к ребятам. Вместо стула можно использовать матрасик с покрывалом, чтобы можно было спрятаться.

Понадобится место (стена или доска) для детских работ и для правил.

Посторонние не должны входить во время проведения занятия

РЕЖИМ РАБОТЫ:

ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ	КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ В НЕДЕЛЮ	ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ/ЧАС/	ВСЕГО ЧАСОВ В НЕДЕЛЮ	ВСЕГО ЧАСОВ В ГОД
8 класс	1	40 мин	1	35
9 класс	1	40мин	1	34

СТРУКТУРА И ПРОЦЕСС ЗАНЯТИЙ:

Соблюдение структурных моментов занятия, учет настроения участников группы, интонации, которые использует ведущий, формулируя даже незначительные высказывания, - все это задает модель поведения для остальных участников группы. Групповая форма работы отличается от монологической формы лекции или урока тем, что самой своей процедурой «запускает» отношения между всеми участниками группы. Технология работы направлена на использование в работе процессов групповой динамики.

Чтобы процесс занятий был таким же терапевтичным, как их содержание необходимо соблюдать важные моменты.

Групповые занятия имеют повторяющуюся структуру:

Приветствие

Введение и напоминание правил (правила определяют представления о приемлемом и неприемлемом поведении, и ответственность за выбор правил и их соблюдение лежит на ведущем, который сам демонстрирует уважение к другим: не перебивать, не допускать окриков и неуважительных обращений, например, по фамилии)

Разминка (это обычно двигательное или коммуникативное упражнение, цель которого – собрать внимание ребят, настроить на работу). Разминки как бы вводят в тему, но предлагают ее в «облегченном» ключе. Они направляют внимание ребят друг на друга и этим дают сигнал о том, что это не обычный урок, а занятие группы.

Работа по теме занятия

Ритуал прощания (который выбирается ребятами на первом занятии или предлагается ведущим, и соблюдается на протяжении всего курса занятий в данной группе)

2. Правила, которыми важно руководствоваться самому ведущему:

Поощряйте ребят говорить о себе. Задавайте вопросы типа: «Толик, а ты что об этом думаешь?» Если никто не может начать разговор, начинайте с себя.

Поощряйте попытки, а не результаты. «Таня, я видела, как много сил ты приложила, выполняя задание! Меня это впечатлило!»

Поощряйте ребят делиться чувствами, а не мыслями. Большинство детей не различают чувства и мысли. Чтобы помочь им постепенно разобраться в этом, просите говорить о своих чувствах: «Тебя это огорчило, Света?» «Ты обиделась на него, Маша?» «Что ты чувствовал, коля, когда он с тобой так разговаривал?»

Берите ответственность за свои ошибки и промахи и говорите об этом ребятам: «Ребята, я не предупредила ваших родителей заранее о том, что понадобятся подушки, и вот теперь их нет! Это моя вина!». По-видимому, это единственный способ научить детей не бояться собственных промахов и ошибок. Своим поведением вы показываете, что хотя вы несовершенны, но готовы становиться лучше. Вы понимаете, что они тоже несовершенны, и цените их честность и ответственность гораздо выше, чем их стремление «выглядеть образцово». Такое поведение требует известного мужества. Однако, дети оценят его по достоинству и начнут подражать вам

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

П/П	№	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ, ТЕМ	КЛАСС/ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	
			8	9
.	1	ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА	1	1
.	2	I ЧЕТВЕРТЬ ПРИНЯТИЕ СЕБЯ	8	8
.	3	II ЧЕТВЕРТЬ МИР ЛЮДЕЙ	7	7
.	4	III ЧЕТВЕРТЬ МИР: Я И ДРУГИЕ	10	10
.	5	IV ЧЕТВЕРТЬ УВАЖЕНИЕ К ДРУГИМ	8	7
.	6	ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА	1	1
ИТОГО			35	34

РАЗДЕЛ III

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ П/П	ТЕМА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	СРОКИ
8- КЛАСС			
1.	ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА	2	
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК			
I ЧЕТВЕРТЬ ПРИНЯТИЕ СЕБЯ			
2.	Введение. Этика - наука о морали. Как я выгляжу? Как я выражаю свои чувства?	1	
3.	Я среди людей. Кто я и как я выгляжу?	1	
4.	Какой я? Я и мои роли	1	
5.	Зачем нам чувства? Способы выражения чувств	1	
6.	Культура нравственности. Управляем своим состоянием	1	
7.	Как превратить недостатки в достоинства?	1	
8.	Познаем себя – познаем других	1	
9.	Мои эмоции: полезные и вредные	1	

II ЧЕТВЕРТЬ МИР ЛЮДЕЙ			
10.	Школьный этикет. Зачем быть вежливым?	1	
11.	Добро и зло. Твои поступки. Отзывчивость и доброта. Речевой этикет	1	
12.	Кто Я? Какой Я? Какой бывает характер? Учусь ценить себя	1	
13.	Я и мои друзья. Верность слову. Понимаем друг друга	1	
14.	Здорово быть друзьями	1	
15.	Даем место другому и отстаиваем свое место	1	
16.	Просто скажи: «Нет!»	1	
III ЧЕТВЕРТЬ МИР: Я И ДРУГИЕ			
17.	Ты и твоё здоровье	1	
18.	Я глазами других	1	
19.	Управляю своим состоянием	1	
20.	Удовольствие в игре. В здоровом теле – здоровый дух!	1	
21.	Кто Я? Какой Я? Какой бывает характер?	1	
22.	Учусь ценить себя	1	
23.	Наши чувства в конфликте	1	
24.	Стратегии поведения в конфликте. Учимся сотрудничеству	1	
25.	Я и Ты – действуем вместе	1	
26.	Доверие и взаимодействие	1	
IV ЧЕТВЕРТЬ УВАЖЕНИЕ К ДРУГИМ			
	Наш класс. Учимся быть толерантными	1	
27.	Учусь общаться. Отношение к старшим	1	
28.	Вежливость и этикет. Культура поведения человека	1	
29.	Тренируем конструктивное поведение в конфликте	1	
30.	Конфликты проходят, отношения остаются	1	
31.	Я в команде. Ответственность и принятие решений	1	
32.	Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых	1	
33.	Я в ответе за своё будущее	1	

34.	ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА	1	
ИТОГО		35	
9 КЛАСС			
1.	ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА	1	
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК			
I ЧЕТВЕРТЬ ПРИНЯТИЕ СЕБЯ			
2.	Введение. Этика - наука о морали. Как я выгляжу? Как я выражаю свои чувства?	1	
3.	Я среди людей. Кто я и как я выгляжу?	1	
4.	Какой я? Я и мои роли	1	
5.	Зачем нам чувства? Способы выражения чувств	1	
6.	Культура нравственности. Управляем своим состоянием	1	
7.	Как превратить недостатки в достоинства?	1	
8.	Познаем себя – познаем других	1	
9.	Мои эмоции: полезные и вредные	1	
II ЧЕТВЕРТЬ МИР ЛЮДЕЙ			
10.	Школьный этикет. Зачем быть вежливым?	1	
11.	Добро и зло. Твои поступки. Отзывчивость и доброта. Речевой этикет	1	
12.	Кто Я? Какой Я? Какой бывает характер? Учусь ценить себя	1	
13.	Я и мои друзья. Верность слову. Понимаем друг друга	1	
14.	Здорово быть друзьями	1	
15.	Даем место другому и отстаиваем свое место	1	
16.	Просто скажи: «Нет!»	1	
III ЧЕТВЕРТЬ МИР: Я И ДРУГИЕ			
17.	Ты и твоё здоровье	1	
18.	Я глазами других	1	
19.	Управляю своим состоянием	1	
20.	Удовольствие в игре. В здоровом теле – здоровый дух!	1	
21.	Кто Я? Какой Я? Какой бывает характер?	1	
22.	Учусь ценить себя	1	

23.	Наши чувства в конфликте	1	
24.	Стратегии поведения в конфликте. Учимся сотрудничеству	1	
25.	Я и Ты – действуем вместе	1	
26.	Доверие и взаимодействие	1	
IV ЧЕТВЕРТЬ			
УВАЖЕНИЕ К ДРУГИМ			
27.	Наш класс. Учимся быть толерантными	1	
28.	Учусь общаться. Отношение к старшим	1	
29.	Вежливость и этикет. Культура поведения человека	1	
30.	Тренируем конструктивное поведение в конфликте. Конфликты проходят, отношения остаются	1	
31.	Я в команде. Ответственность и принятие решений	1	
32.	Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых	1	
33.	Я в ответе за свое будущее	1	
34.	ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА	1	
ИТОГО		34	

ЛИТЕРАТУРА:

- «Жизненные навыки» уроки психологии в 1 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2001, изд. Генезис
- «Жизненные навыки» уроки психологии во 2 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2002, изд. Генезис
- «Жизненные навыки» уроки психологии в 3 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2004, изд. Генезис
- «Жизненные навыки» уроки психологии в 4 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2005, изд. Генезис
- «Жизненные навыки» тренинговые занятия с младшими подростками, 5-6 класс под ред. С.В. Кривцовой, М. 2012, изд. Генезис
- «Тропинка к своему Я», 1-4 класс, О.В. Хухлаева, М. 2006, изд. Генезис
- «Тропинка к своему Я», 5-6 класс, О.В. Хухлаева, М. 2006, изд. Генезис
- «Тропинка к своему Я», 7-8 класс, О.В. Хухлаева, М. 2006, изд. Генезис
- И. Авидон, О. Гончукова «100 разминок, которые украсят ваш тренинг», С-П. 2010, изд. Речь
- А. Чуричков, В. Снегирев «Копилка для тренера», сборник разминок, необходимых в любом тренинге, С-П. 2007, изд. Речь
- К. Фоппель «Групповая сплоченность», М. 2010, изд. Генезис
- К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 1, М. 2000, изд. Генезис
- К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 2, М. 2001, изд. Генезис
- К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 3, М. 1998, изд. Генез