

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Тинская средняя школа №1»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

Н.А. Бирючкова
« 30 » августа 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Тинская СШ №1»
Р.Н. Крахмалева
« 30 » августа 2022г.



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
для детей с ОВЗ
«Легко и свободно»**

8-9К класс

Составитель:
Галинская Виктория Викторовна

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Легко и свободно» составлена в соответствии образовательного стандарта среднего общего образования, с использованием методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ.

Федерального закона об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;

С использованием методических пособий :

- Хухлаевой О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (8-9 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2008.
- А.В. Микляевой («Я – подросток»), 2011.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением. Программа данного курса представляет систему психолого-педагогических занятий для учащихся коррекционных классов и рассчитана на один год обучения. Учебный план по внеурочной деятельности предусматривает курс занятий «Легко и свободно» в классах 8-9 К в количестве 68 часа в год, 2 часа в неделю. Занятия проводятся в форме тренинга.

Актуальность

Дети с ограниченными возможностями – это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обуславливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь.

Характеристика детей с ОВЗ зависит от многих показателей, из которых определяющим является сам дефект. Ведь именно от него зависит дальнейшая практическая деятельность индивидуума.

Необходимо включать детей с ограниченными возможностями здоровья в различную социально значимую деятельность, направленную на формирование детского опыта.

Психолого-педагогическая характеристика детей с ОВЗ

У детей наблюдается низкий уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приема и переработки сенсорной информации, недостаточно знаний этих детей об окружающем мире.

Недостаточно сформированы пространственные представления, дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

Внимание неустойчивое, рассеянное, дети с трудом переключаются с одной деятельности на другую. Недостатки организации внимания

обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению.

Память ограничена в объеме, кратковременная преобладает над долговременной, механическая над логической, наглядная над словесной.

Снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации.

Мышление – наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое.

Снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.

Речь – имеются нарушения речевых функций, либо все компоненты языковой системы не сформированы.

Наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности.

Наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации.

Вследствие этого у детей проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками образовательной деятельности. Возникают трудности формирования учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе). Сложность и своеобразие психики ребенка с проблемами в развитии требует тщательного методологического подхода к процессу психологической помощи.

Чрезвычайно важен принцип личностного подхода к ребенку с проблемами в развитии. В процессе психологической помощи не учитывается какая-то отдельная функция или изолированное психическое явление, например низкий уровень интеллекта, а личность в целом со всеми ее индивидуальными особенностями.

Коррекционно-развивающие занятия оказывают существенное воздействие на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, способствуют формированию личности ребенка с ограниченными возможностями здоровья, воспитанию у него положительных навыков и привычек. Данные проблемы определили цель коррекционной работы с учащимися категории с ОВЗ.

Цель занятий:

На основе создания оптимальных условий познания каждого объекта дать подростку правильное многогранное представление об окружающей действительности, способствующее оптимизации его психического развития и более эффективной социализации в образовательной среде и обществе. Снятие психического и мышечного напряжения.

Основной задачей данной программы занятий по психологии является:

- формирование навыков саморегуляции
опыт, который дети приобретут в результате данного курса занятий,
поможет им научиться справляться со стрессом,
прогнозировать результаты своего поведения,
конструктивно взаимодействовать с окружающими;

- развитие познавательной активности учащихся;
- коррекция недостатков познавательной деятельности учащихся;
- формирование умений наблюдать, сравнивать, выделять существенные признаки предметов и явлений и отражать их в речи, развитие памяти, мышления, речи, воображения;

- формирование общеинтеллектуальных умений: приёмов анализа, сравнения, обобщения, навыков группировки и классификации;

- формирование адекватного восприятия явлений и объектов окружающей действительности в совокупности их свойств;

- обогащение словарного запаса на основе использования соответствующей терминологии; устной монологической речи в единстве с обогащением знаний и представлений об окружающей действительности;

- формирование навыков общения, социальная профилактика асоциального поведения.

Для решения задач программы в коррекционно-развивающие занятия включены игры и упражнения, направленные на:

- активизацию психических процессов;
- развитие умственных способностей;
- тренировку памяти и внимания;
- развитие мышления и речи.

Также игры и упражнения, которые корригируют недостатки восприятия, способствуют развитию воображения и творческих способностей, развивают пространственное мышление и восприятие, координационные способности рук и мелкую моторику. Способствуют снятию мышечного и эмоционального напряжения.

Ожидаемые результаты занятий:

- снижение уровня школьной тревожности;
- позитивная динамика эмоционального развития учащегося;
- развитие познавательной активности;
- сформированность адекватного восприятия явлений и объектов окружающей действительности.

Структура занятий:

Занятие состоит из нескольких частей и проводится с элементами психологического тренинга:

Вводная часть.

Цель вводной части занятий – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками; включает в себя создание и обсуждение проблемной ситуации.

Основная (рабочая) часть.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Она направлена на поиск решения проблемы. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие, коррекцию социально-личностной и частично познавательной сфер ребёнка, терапевтические метафоры.

Заключительная часть.

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы, обсуждение: основных моментов занятия, применения новых знаний.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме с элементами тренинга. Приветствие и прощание носят ритуальный характер. Во время занятий дети сидят в кругу (желательно). Форма круга создаёт ощущение целостности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей.

Занятия помогают восстановить позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром. Ребёнок учится жить в ладу с собой и окружающим миром, важно принимать его таким, какой он есть, учитывать добровольное желание в выполнении игр и упражнений.

Тематическое планирование

Программа рассчитана на 35 групповых занятий, которые проводятся 1 раз в неделю в течение года с педагогом-психологом.

№	Тема	Количество часов
Мир: я и другие		
1	Ролевая игра «День рождения»	2
2	Агрессия (в рамках профилактики девиантного поведения)	2
3	«Я – молодец»	2
4	Свобода и ответственность	2
5	Поведение в конфликтах	2
6	Интеллектуальный потенциал	2
7	Определение типа будущей профессии	2
8	Технические способности	2
9	Признаки профессии	2
10	Планирование профессионального будущего	1
Принятие себя		
11	Как я выгляжу? Как выражаю свои чувства?	2
12	Какой я? Я и мои роли.	2
13	Зачем нам чувства? Способы выражения чувств	2
14	Управляем своим состоянием	2
15	Как превратить недостатки в достоинства?	2
16	Познаем себя – познаем других	2
17	Мои эмоции: полезные и вредные	2
Мир людей2		
18	Зачем быть вежливым?	2
19	Твои поступки. Отзывчивость и доброта	2
20	Характер. Учусь ценить себя	2

21	Я и друзья. Верность слову	2
22	Даем место другому и отстаиваем свое место	2
23	Просто скажи «Нет»	2
Уважение к другим		
24	Наш класс. Учимся быть толерантным	2
25	Учусь общаться. Отношение к старшим	2
26	Вежливость и этикет	2
27	Тренируем конструктивное поведение в конфликте	2
28	Я в команде. Ответственность и принятие решений	2
29	Я в ответе за свое будущее	2
Средства общения		
30	Ролевая игра «Иностранец»	2
31	Вербальное и невербальное общение	2
32	Как меня понимают?	2
33	Эксперимент «Отражает ли речь особенности характера человека»	2
34	Язык тела	2
35	Подведение итогов	1

Список литературы

«Тропинка к своему Я», 8-9 класс, О.В. Хухлаева, М. 2006, изд.Генезис
«Тропинка к своему Я», 8-9 класс, О.В. Хухлаева, М. 2006, изд.Генезис
«Тренинг жизненных навыков» под. ред. Шадуры
«Уроки общения для подростков», Н.П. Слободяник
http://metodkabi.net.ru/index.php?id=ur_sopr#ur

Аннотация к программе курса внеурочной деятельности

«Легко и свободно»

для детей с ОВЗ 8-9К класс

Рабочая программа по курсу «Легко и свободно» составлена в соответствии образовательного стандарта среднего общего образования, с использованием методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ. Федерального закона об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;

С использованием методических пособий :

- Хухлаевой О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (8-9 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2008.
- А.В. Микляевой («Я – подросток»), 2011.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением. Программа данного курса представляет систему психолого-педагогических занятий для учащихся коррекционных классов и рассчитана на один год обучения. Учебный план по внеурочной деятельности предусматривает курс занятий «Легко и свободно» в классах 8-9 К в количестве 72 часа в год, 2 часа в неделю. Занятия проводятся в форме тренинга.

Актуальность

Дети с ограниченными возможностями – это дети, имеющие различные отклонения психического или физического плана, которые обуславливают нарушения общего развития, не позволяющие детям вести полноценную жизнь.

Характеристика детей с ОВЗ зависит от многих показателей, из которых определяющим является сам дефект. Ведь именно от него зависит дальнейшая практическая деятельность индивидуума.

Необходимо включать детей с ограниченными возможностями здоровья в различную социально значимую деятельность, направленную на формирование детского опыта.

Психолого-педагогическая характеристика детей с ОВЗ

У детей наблюдается низкий уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приема и

переработки сенсорной информации, недостаточно знаний этих детей об окружающем мире.

Недостаточно сформированы пространственные представления, дети с ОВЗ часто не могут осуществлять полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое.

Внимание неустойчивое, рассеянное, дети с трудом переключаются с одной деятельности на другую. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению.

Память ограничена в объеме, кратковременная преобладает над долгосрочной, механическая над логической, наглядная над словесной.

Снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации.

Мышление – наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое.

Снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми.

Речь – имеются нарушения речевых функций, либо все компоненты языковой системы не сформированы.

Наблюдается низкая работоспособность в результате повышенной истощаемости, вследствие возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности.

Наблюдается несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенности влечений, учебной мотивации.

Вследствие этого у детей проявляется недостаточная сформированность психологических предпосылок к овладению полноценными навыками образовательной деятельности. Возникают трудности формирования учебных умений (планирование предстоящей работы, определения путей и средств достижения учебной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе). Сложность и своеобразие психики ребенка с проблемами в развитии требует тщательного методологического подхода к процессу психологической помощи.

Чрезвычайно важен принцип личностного подхода к ребенку с проблемами в развитии. В процессе психологической помощи не учитывается какая-то отдельная функция или изолированное психическое явление, например низкий уровень интеллекта, а личность в целом со всеми ее индивидуальными особенностями.

Коррекционно-развивающие занятия оказывают существенное воздействие на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, способствуют формированию личности ребенка с ограниченными возможностями здоровья, воспитанию у него положительных навыков и привычек. Данные проблемы определили цель коррекционной работы с учащимися категории с ОВЗ.

Цель занятий:

На основе создания оптимальных условий познания каждого объекта дать подростку правильное многогранное представление об окружающей

действительности, способствующее оптимизации его психического развития и более эффективной социализации в образовательной среде и обществе. Снятие психического и мышечного напряжения.

Основной задачей данной программы занятий по психологии является:

- формирование навыков саморегуляции опыта, который дети приобретут в результате данного курса занятий, поможет им научиться справляться со стрессом, прогнозировать результаты своего поведения, конструктивно взаимодействовать с окружающими;
- развитие познавательной активности учащихся;
- коррекция недостатков познавательной деятельности учащихся;
- формирование умений наблюдать, сравнивать, выделять существенные признаки предметов и явлений и отражать их в речи, развитие памяти, мышления, речи, воображения;
- формирование общеинтеллектуальных умений: приёмов анализа, сравнения, обобщения, навыков группировки и классификации;
- формирование адекватного восприятия явлений и объектов окружающей действительности в совокупности их свойств;
- обогащение словарного запаса на основе использования соответствующей терминологии; устной монологической речи в единстве с обогащением знаний и представлений об окружающей действительности;
- формирование навыков общения, социальная профилактика асоциального поведения.

Для решения задач программы в коррекционно-развивающие занятия включены игры и упражнения, направленные на активизацию психических процессов; развитию умственных способностей; тренировок памяти и внимания; развитию мышления и речи. Также игры и упражнения, которые корректируют недостатки восприятия, способствуют развитию воображения и творческих способностей, развивают пространственное мышление и восприятие, координационные способности рук и мелкую моторику. Способствуют снятию мышечного и эмоционального напряжения.

Ожидаемые результаты занятий:

- снижение уровня школьной тревожности;
- позитивная динамика эмоционального развития учащегося;
- развитие познавательной активности;
- сформированность адекватного восприятия явлений и объектов окружающей действительности.

Структура занятий:

Занятие состоит из нескольких частей и проводится с элементами психологического тренинга:

Вводная часть.

Цель вводной части занятий – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками; включает в себя создание и обсуждение проблемной ситуации.

Основная (рабочая) часть.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Она направлена на поиск решения проблемы. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие, коррекцию социально-личностной и частично познавательной сфер ребёнка, терапевтические метафоры.

Заключительная часть.

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы, обсуждение: основных моментов занятия, применения новых знаний.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме с элементами тренинга. Приветствие и прощание носят ритуальный характер. Во время занятий дети сидят в кругу (желательно). Форма круга создаёт ощущение целостности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей.

Занятия помогают восстановить позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром. Ребёнок учится жить в ладу с собой и окружающим миром, важно принимать его таким, какой он есть, учитывать добровольное желание в выполнении игр и упражнений.