

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Кренивская средняя общеобразовательная школа  
Буйского муниципального района Костромской области

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ  
ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА С УЧАЩИМИСЯ С ОВЗ  
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НАПРАВЛЕННЫХ НА  
РАЗВИТИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ,  
ПРОИЗВОЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ  
«Я – учусь, управлять собой!»**

Автор составитель:  
Ефремова И.В.

2019 г.

## **Пояснительная записка**

Известно, что личность человека формируется в детстве. Эмоционально-волевая сфера – важная составляющая этого процесса. Дети с эмоционально-волевой сферой имеют свои специфические особенности:

- неадекватность, неустойчивость, лабильность эмоций, импульсивные реакции на внешние впечатления;
- недостаточно развита воля и произвольность (отсутствует самоконтроль, не могут противостоять воле другого человека, безынициативность);
- неадекватная самооценка (подвергается колебаниям из-за разницы в оценке окружающих).

Все эти особенности приводят к незрелости личностной сферы и нуждаются в коррекции.

Данная программа направлена на осознание личностных качеств, выстраиванию контактов, взаимоотношений с взрослыми и сверстниками, к умению контролировать свои чувства и поведение.

Программа способствует поиску эффективных путей преодоления возникающих трудностей в совместной учебно-игровой деятельности и ориентирована на оказание помощи и поддержки детям младшего школьного возраста, испытывающие трудности в формировании саморегуляции в процессе произвольной регуляции поведения.

### **Организация занятий**

- ✓ В программе предусмотрено 30 занятий. Занятия проводятся в соответствии с темами, предусмотренными перспективным планированием.
- ✓ Занятия проводятся индивидуально или группой.
- ✓ Длительность занятий 20 – 25 минут.

### **Сроки освоения программы**

Программа может, реализована в течение одного года.

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** коррекция эмоционально-волевой сферы детей и адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

#### **Задачи:**

1. Формирования адекватных форм поведения и самооценки, позитивных личностных качеств;
2. Формирование социально приемлемых форм поведения в обществе;
3. Регулирование поведения в коллективе;
4. Развитие умения общаться и сотрудничать;
5. Развитие эмоциональной и волевой сферы;
6. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми.

### **Структура занятия**

1. Ритуал приветствия и разминка.  
Цель: создание атмосферы доверия в группе, положительный настрой участников на работу.
2. Основная часть – направлена на совокупность психотехнических упражнений и приёмов.

3. Рефлексия занятия. Подведение итогов, получение обратной связи. Ритуал прощания.  
Понравилось - не понравилось, было хорошо - было плохо и почему? Почему это важно, зачем мы это делали?

### Содержание программы

**Раздел «Я и Я»** направлен на осознание ребенком своего физического и психологического «Я», на развитие самосознания.

На занятиях с помощью педагога-психолога дети овладевают средствами осознания себя, самооценки, самоуважения, уверенности в своих силах, собственной успешности. Дети должны научиться ставить себе вопросы и отвечать на них: (Кто я? Какой я? Чего я хочу? Что я могу? Что я для этого умею? Что необходимо сделать, чтобы этого достичь?). Ребёнок должен научиться любить себя в хорошем смысле этого слова.

**Раздел «Секреты общения».** С детства, учитывая интересы других, мы учимся налаживать отношения с окружающими. Поэтому успешность ребенка в общении со сверстниками - важный фактор, его социализации, который оказывает влияние на развитие личности, на успешность обучения и на психологическое здоровье в целом.

**Раздел «Я и другие»** направлен на развитие межличностных отношений у детей. Исключительно велика роль общения в формировании личности ребенка. В школьном возрасте у ребенка возникают сложные и разнообразные виды отношений с другими, которые в значительной степени определяют становление его личности. Общая особенность всех проблемных форм межличностных отношений школьников - невнимание к сверстникам, неспособность видеть и понимать состояние другого человека.

#### Методы и формы работы:

- ✓ беседа;
- ✓ дискуссия;
- ✓ сказкотерапия;
- ✓ ролевая игра;
- ✓ упражнения по межличностной коммуникации;
- ✓ дыхательные и двигательные упражнения;
- ✓ методы самовыражения.

#### Ожидаемый результат:

- ✓ Развитие умения распознавать и выражать свои эмоции, состояние, понимание состояния других людей;
- ✓ способность управлять своим поведением в зависимости от эмоционального состояния, проявление более адекватной самооценки.

### Тематическое планирование

| № | Раздел              | Тема занятий           | Задачи раздела                                 | Кол-во занятий |
|---|---------------------|------------------------|------------------------------------------------|----------------|
| 1 | <b><u>Я и Я</u></b> | «Давайте познакомимся» | Формировать позитивные отношения к своему «Я», | 1              |
| 2 |                     | «Мой внутренний мир»   |                                                | 1              |

|    |                          |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                  |   |
|----|--------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 3  |                          | «Мой характер»                                                         | адекватной самооценки и повышение уверенности в себе.                                                                                                                                                            | 1 |
| 4  |                          | «Моя самооценка»                                                       |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 5  |                          | «Чувства и как я их выражаю»                                           |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 6  |                          | «Владение своими чувствами»                                            |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 7  |                          | «Привлечение внимания»                                                 |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 8  |                          | «Чувство собственного достоинства»                                     |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 9  |                          | «Мои черты характера»                                                  |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 10 |                          | «Мои желания и возможности»                                            |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 11 | <b>Секреты общения</b>   | «Называй друзей по имени, и они будут обращаться к тебе так же!»       | Формировать представления о необходимости и значимости проявления дружеских, уважительных отношений между детьми, понимания между ними. Способность проявлению потребности в выполнении норм и правил поведения. | 1 |
| 12 |                          | «Будь внимателен к тем, кто тебя окружает, и люди будут уважать тебя!» |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 13 |                          | Будь вежлив, и у тебя будет много друзей!»                             |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 14 |                          | Умей внимательно слушать другого, и ты сможешь узнать много нового!»   |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 15 |                          | «Умей поставить себя на место другого, и ты сможешь понять его!»       |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 16 | <b><u>Я и Другие</u></b> | «Познаю себя и других»                                                 | Формировать умения общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других.                                                                                                  | 1 |
| 17 |                          | «Умею ли я дружить?»                                                   |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 18 |                          | «Я – хороший, я – плохой»                                              |                                                                                                                                                                                                                  |   |
| 19 |                          | «Как понимать другого»                                                 |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 20 |                          | «Каждый привлекательный по-своему»                                     |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 21 |                          | «Учимся дружить»                                                       |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 22 |                          | «Я+Ты=Мы»                                                              |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 23 |                          | «Волшебные средства понимания»                                         |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 24 |                          | «Хорошие и плохие поступки»                                            |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 25 |                          | «С кем ты хочешь дружить»                                              |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 26 |                          | «Друг в беде не бросит»                                                |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 27 |                          | «Как помирится»                                                        |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 28 |                          | «Друзья»                                                               |                                                                                                                                                                                                                  |   |
| 29 |                          | «Вместе веселее!»                                                      |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |
| 30 |                          | «Будь собой!»                                                          |                                                                                                                                                                                                                  | 1 |

### **Список литературы**

1. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. – Ярославль: «Академия развития», 1997.
2. Смолка К. Правила хорошего тона. М., 1980.
3. Алешина О. О вежливости, тактике, деликатности. Л., 1975.