

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Эммаусская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

«30» 08 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ «Эммаусская СОШ»

Ю.М. Чумаков


приказ №306-ОД от
«30» 08 2021 г.



ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

на 2021-2022 учебный год

**«Формирование
социально- коммуникативных навыков»**

курс для обучающихся с ОВЗ 2-4 классов

Общее количество часов: 34 ч.

Руководитель: Аксеновская Надежда Николаевна

Пояснительная записка.

Важная составляющая и одновременно индикатор личностного развития младшего школьника – его поведение. Любые нарушения в развитии личности ученика (неадекватная самооценка, слабый самоконтроль, искажённые представления о себе и своих возможностях) закономерно проявляются в его поведении. Трудности в понимании и управлении своими эмоциями в этом возрасте, часто идущие от специфики детского мышления, от сложности осмысления себя в контексте многочисленных взаимоотношений, могут привести к школьной дезадаптации. Продуктивную адаптацию обучающихся начального звена в социуме затрудняют: снижение потребности к сотрудничеству со взрослыми и сверстниками; неумение работать в группе; недостаточное развитие способности к эмпатии; эгоистические тенденции в развитии личности. Все это приводит к тому, что у ребенка формируется отрицательное отношение к школе и нежелание учиться. В связи со всем вышесказанным большое значение приобретают вопросы эмоционального благополучия ребенка в школе.

Цель программы - способствовать решению социально-значимой проблемы снижения риска дезадаптации в социуме детей младшего школьного возраста, имеющих эмоциональные проблемы в развитии; профилактике девиантного поведения в подростковом возрасте у вышеуказанной категории детей.

Задачи и ожидаемый результат психопрофилактической групповой работы психолога в разных классах начальной школы

Класс	Задачи работы	Ожидаемый результат
1-й класс. «Путешествие в Мир Эмоций»	<ol style="list-style-type: none">1. Развитие позиции школьника.2. Развитие умения распознавать и владеть собственными эмоциями, обучение навыкам саморегуляции (способности эмоционального интеллекта).3. Снижение страха ошибки.4. Повышение самооценки детей.5. Развитие рефлексии.6. Развитие сплоченности детского коллектива.	<ol style="list-style-type: none">1. Снижение уровня школьной тревожности в период адаптации.2. Повышение мотивации к учебной деятельности.3. Создание ситуации бесконфликтного общения с одноклассниками, учителями, родителями.
1-й дополнительный класс. «Путешествие в Мир Дружбы и Сотрудничества»	<ol style="list-style-type: none">1. Развитие толерантности и сотрудничества детей.2. Развитие умения принимать ситуацию и изменять ее.3. Работа с симпатиями и антипатиями в классе.4. Профилактика и разбор конфликтных ситуаций в классе.5. Коррекция страха отметки.	<ol style="list-style-type: none">1. Повышение мотивации к учебной деятельности.2. Снижение уровня страха отметки.3. Создание ситуации бесконфликтного общения со взрослыми, учителями, родителями.
2-й класс. «Путешествие в Мир Дружбы и Сотрудничества»	<ol style="list-style-type: none">1. Актуализация школьных переживаний.2. Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.3. Формирование позитивного отношения к сверстникам.4. Развитие внутренней активности детей, уверенности в себе.	<ol style="list-style-type: none">1. Осознание собственных сил и возможностей, выбор модели поведения в соответствии с ними.2. Снижение уровня тревожности по отношению к собственным ошибкам и неудачам;

	5. Формирование стремления к реализации своих способностей.	3. Формирование позитивного отношения к успехам сверстников. 4. Формирование потребности к реализации собственных возможностей. 5. Повышение учебной мотивации.
3-й класс. «Дорогой дружбы, Я и МЫ»	1. Развитие самосознания детей через совершенствование рефлексии. 2. Осознание детьми своего образа «Я» глазами Другого. 3. Развитие положительного отношения, принятия себя и Другого. 4. Развитие самостоятельности детей. 5. Развитие сплоченности детского коллектива	1. Адекватное отношение к ошибкам и неудачам. 2. Позитивное отношение к сверстникам. 3. Формирование навыков самостоятельной деятельности. 4. Способность к сотрудничеству со взрослыми и сверстниками 5. Формирование сплоченности детского коллектива.
4-й класс. «Путешествие в Мир Будущего»	1. Работа с психологическим временем личности: осознание прошлого, выстраивание перспективы будущего, целей, поиск ресурсов для их достижения. 2. Коррекция страха будущего. 3. Развитие осознания сферы прав и обязанностей. 4. Развитие самостоятельности детей.	1. Учащимся 4 классов становится легче: разобраться в своих чувствах и желаниях и установить дружеские отношения внутри коллектива сверстников. 2. Развиваются умения: сдерживать свои бурные, резкие выражения чувств; справляться с конфликтными ситуациями. 3. Формируется адекватная самооценка. 4. Повышается учебная мотивация.

Планируется достижение следующих видов результатов у обучающихся младших школьников с ЗПР:

• **Личностные** результаты, включают овладение обучающимися компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач, а также обеспечивающими становление социальных отношений обучающихся в различных средах:

- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- сформированность адекватной самооценки (осознание своих возможностей, умение брать на себя ответственность);
- ценностно-смысловые (умение оценивать поступки в соответствии с нравственно-этическими нормами);
- овладение навыками самообслуживания, стремление к самостоятельности и независимости в быту и в школе;
- формирование доброжелательного и уважительного отношения к иному мнению;
- понимание и сопереживание чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный образ жизни;
- развитие мотивации к творчеству.

• **Метапредметные** результаты, включают освоенные обучающимися базовые учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), способность их использования в процессе учебной и межличностной деятельности:

✓ **Познавательные:**

- познавательная активность (интерес к новым знаниям);
- формирование целостного, социально-ориентированного взгляда на мир.

✓ **Регулятивные:**

- осознано строить речевые высказывания, в соответствии с коммуникативными задачами;
- планирование своих действий, умение их контролировать и оценивать;
- умение понимать причины успеха/неуспеха своей деятельности, способность к конструктивным действиям;
- умение рассуждать, соотносить к известным понятиям на уровне соответствующим индивидуальным возможностям.

✓ **Коммуникативные:**

- умение решать актуальные задачи используя коммуникацию (вербальную, невербальную) как средство достижения цели;
- формирование навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях;
- овладение навыками общения, умение выслушать, вести диалог, обратиться с просьбой, уважительно относиться к иному мнению;
- умение распознавать и дифференцировать ситуации коммуникативного взаимодействия (делового и неформального, со взрослыми и сверстниками);
- освоение культурных форм выражения своих чувств: недовольство, отказ, просьбу;
- стремление самостоятельно выстраивать коммуникацию и разрешать конфликты со сверстниками.

Содержание

Групповые занятия, направлены не только на формирование социально – коммуникативных навыков у обучающихся начальных классов, но и на формирование социальных (жизненных) компетенций: способности вступать в коммуникацию со сверстниками и взрослыми; развитие способности ребёнка взаимодействовать с другими людьми; формирование активной позиции ребёнка и укрепление веры в свои силы; развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях; формирование внимания и интереса ребёнка к новизне и изменчивости окружающего мира; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование представлений о правилах поведения в разных социальных ситуациях; освоение необходимых ребёнку социальных ритуалов.

Программа составлена на базе следующих авторских разработок: программа «Четыре путешествия» Новиковой Л.М., Самойловой И.В. //Новикова Л.М. Настольная книга школьного психолога. 1-4 классы М.: Эксмо, 2009. — 384 с.; коррекционно-развивающая программа «Формирование и развитие позитивного отношения к школе», автор, Е.В. Короткая //Коррекционная работа психолога в школе. – Красноярск. - Центр ПМСС №5 «Сознание». – 2012. – 50 с.; программа развития социальных навыков младших подростков «Перекрестки возможностей» авторы, Евлампиева М., Кардашина О. //Евлампиева М. Перекрестки возможностей: Программа развития социальных навыков младших подростков: Модуль «Я и мои особенности» /М. Евлампиева, О. Кардашина. – М.: Чистые пруды, 2010. – 32 с.; нейропсихологическая коррекционно-развивающая программа «Движение тела – движение мысли» Антоновой С. //Антонова С. Движение тела – движение мысли: Нейропсихологическая коррекционно-развивающая программа. – М.: Чистые пруды, 2010. – 32 с.; программа психологической помощи подросткам «Поверь в себя» автор, Зарипова Ю. //Зарипова Ю. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам. – М.: Чистые пруды, 2007. – 32 с.

По федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ МИНОБРНАУКИ РОССИИ №1598 от 19.12.2014 г.) Сроки освоения АООП НОО (вариант 7.2) обучающимися с ЗПР составляют 5 лет (1, 1 дополнительный, 2, 3, 4 классы).

Адресат: обучающиеся 1-х, 1 дополнительных, 2-х, 3-х, 4-х классов.

Длительность программы: с детьми каждой возрастной категории проводится 1 занятие в неделю по 30-40 минут. В 1 классе и 1 дополнительном классах - в объеме 29 ч. в год, во 2, 3, 4 классах проводится цикл из 30 занятий.

Формы работы: групповая (6-12 человек). Программа рассчитана на проведение занятий педагогом-психологом и воспитателем ГПД.

Основные виды деятельности: элементы психогимнастики, сказкотерапии, арт-терапии; групповые дискуссии; элементы социально-психологического тренинга; игры, упражнения.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основное упражнение. Ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и ритуал прощания (при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения).

Представленная программа вариативна. Возможность некоторого ее видоизменения выражается в том, что ведущий может заменять игры и упражнения, либо использовать дополнительные, в зависимости от специфики группы.

Тематическое планирование психологических занятий в 1 классе «Путешествие в Мир Эмоций»

№	Название темы, занятий.	Количество часов	Дата проведения
1	Тема I. «Я – школьник!» Знакомство. Введение в мир психологии.	1	
2	Я — первоклассник!	1	
3	Правила школьной жизни.	1	
4	Правила и права.	1	
5	Урок и перемена.	1	
6	Один в школе.	1	
7	Моя школьная жизнь.	1	
8	Я и мой учитель.	1	
9	Школа моей мечты.	1	
10	Тема II. «Мир эмоций» Мимика и Жесты — Язык Мира Эмоций.	1	
11	Когда всем весело, а одному грустно.	1	
12	Город Радости и Веселья.	1	
13	В Городе Радости только добрые слова!	1	
14	Остров Страха и его обитатели.	1	
15	Все бывают на Острове Страха	1	
16	Пещера гнева.	1	
17	Откуда берется гнев?	1	
18	Может ли гнев быть полезным?	1	
19	Обиженная Деревня.	1	
20	Прощение растворяет обиды!	1	
21	Гора Стыда.	1	
22	Мы владем разными эмоциями!	1	
23	Дружное племя индейцев.	1	

24	Тема III. «Мир качеств» Мешок хороших качеств.	1	
25	«Темные» и «светлые» качества.	1	
26	Умение видеть «светлые» качества.	1	
27	У кого какие качества?	1	
28	Солнце и планеты, приветствие другу, добрый поступок.	1	
29	Салют качеств.	1	
30-31	Резерв.	2	
	Итого	31	

**Тематическое планирование психологических занятий в 1 дополнительном классе
«Путешествие в Мир Дружбы и Сотрудничества»**

№	Название темы, занятий.	Количество часов	Дата проведения
1	Тема I. Я и моя школа. Я — Ученик!	1	
2	Мой успех в школе.	1	
3	Мое отношение к школьным правилам.	1	
4	Как я оцениваю себя сам.	1	
5	Мои мечты о школе.	1	
6	Мой Класс.	1	
7	Тема II. Мир Дружбы и Сотрудничества. Что такое Дружба?	1	
8	Зачем нужна Дружба?	1	
9	Настоящий Друг — какой он?	1	
10	Умею ли я дружить?	1	
11	Что мешает Дружбе?	1	
12	Меняемся ради Дружбы!	1	
13	Что такое конфликт?	1	
14	Учимся разрешать конфликты!	1	
15	Я умею принимать Другого!	1	
16	Свои и чужие.	1	
17	Что такое сотрудничество?	1	
18	Девочки и мальчики.	1	
19	Объединяемся играя.	1	
20	Мы команда — мы класс!	1	
21	Тема III. Мой внутренний мир. Мир каракулей.	1	
22	Моя тайна.	1	
23	Мой мир эмоций.	1	
24	Сопереживание.	1	
25	Сказочные превращения.	1	
26	Мои чувства.	1	
27	Мои чувства.		
28	Сказка лечит, сказка греет, сказка учит жить.	1	
29	Волшебная мандала.	1	
30-31	Резерв.	2	

	Итого	31	
--	-------	----	--

Тематическое планирование психологических занятий во 2 классе «Путешествие в Мир Дружбы и Сотрудничества»

№	Название темы, занятий.	Количество часов	Дата проведения
1	Тема I. Я на уроке. Как тебя зовут?	1	
2	Если бы я...	1	
3	Что делает ученик?	1	
4	Какой я есть и каким бы хотел быть.	1	
5	Я смогу.	1	
6	Кто точнее?	1	
7	Мы команда.	1	
8	Тема II. «Мой внутренний мир» Настроение.	1	
9	Настроение и эмоции.	1	
10	Безмятежное море.	1	
11	Как стать самим собой или кто хозяин моего «Я».	1	
12	Кляксы рядом с нами.	1	
13	На кого я похож?	1	
14	Мой внутренний мир.	1	
15	Тема III. Я в школе и дома. Что делает учитель?	1	
16	Мои успехи.	1	
17	Моя школа.	1	
18	Путешествие по классной доске.	1	
19	Что я чувствую дома.	1	
20	Что, значит, любить родителей.	1	
21	Праздник в семье.	1	
22	Тема IV. «Мир Дружбы и Сотрудничества» Объединяемся играя.	1	
23	Дружат дети всей земли.	1	
24	В дружбе сила!	1	
25	Встанем в дружный круг.	1	
26	Цветик - семицветик.	1	
27	День рождения.	1	
28	Волшебные зеркала.	1	
29	Школа на планете «Наоборот».	1	
30	Чемодан в дорогу.	1	
31-34	Резерв.	4	
	Итого	34	

Тематическое планирование психологических занятий в 3 классе «Дорогой Дружбы, Я и Мы»

№	Название темы, занятий.	Количество часов	Дата проведения
1	Тема I. Я - третьеклассник. Я — третьеклассник!	1	
2	Что делает ученик?	1	
3	Зачем нужна самостоятельность?	1	
4	Моя самостоятельность.	1	
5	Развиваем самостоятельность.	1	
6	Мы команда.	1	
7	Тема II. Мой Внутренний Мир. Мои увлечения.	1	
8	Мои роли.	1	
9	Осваиваем новые роли.	1	
10	Мои разные качества.	1	
11	Мое настроение.	1	
12	Отражение в зеркале.	1	
13	Я глазами Других.	1	
14	Преодолеваем себя!	1	
15	Я могу, я умею!	1	
16	Мои достижения.	1	
17	Тема III. Учимся общаться. Объединяемся играя.	1	
18	Что такое общение?	1	
19	Умение общаться.	1	
20	Я смогу, я умею!	1	
21	Я смогу, я умею!	1	
22	Слушай внимательно.	1	
23	Тема IV. «Дорогой Дружбы, Я и Мы» Путешествие по школьной доске.	1	
24	Слушай внимательно.	1	
25	Ведущий – ведомый.	1	
26	Я терпим к Другому.	1	
27	Мои границы.	1	
28	Наше сотрудничество.	1	
29	Школа на острове «Дружба».	1	
30	Мы – коллектив.	1	
31-34	Резерв.	4	
	Итого	34	

Тематическое планирование психологических занятий в 4 классе «Путешествие в Мир Будущего»

№	Название темы, занятий.	Количество часов	Дата проведения
1	Тема I. Я взрослою! Я — четвероклассник!	1	
2	Я стал взрослее — новые грани моего «я».	1	

3	Однажды, когда я был маленьким...	1	
4	Встреча с детством.	1	
5	Мои изменения.	1	
6	Трудности взросления.	1	
7	Я рассуждаю, как взрослый!	1	
8	Критерии взрослости.	1	
9	Тема II. Мой самоконтроль. Кто такой агрессивный человек.	1	
10	Учимся правильно выражать обиду и гнев.	1	
11	Как реагировать на грубость?	1	
12	Избавляемся от гнева правильно.	1	
13	Вежливые слова – помощники в дружбе.	1	
14	Учимся сотрудничать.	1	
15	Как правильно играть?	1	
16	Тема III. Моя самостоятельность. Мои новые возможности.	1	
17	Моя ответственность.	1	
18	Я самостоятелен!	1	
19	Сила моего слова.	1	
20	Сила моего «Я».	1	
21	Проверка на самостоятельность.	1	
22	Тема IV. Мои права и обязанности. Что такое права и обязанности?	1	
23	Моя свобода — мои права.	1	
24	Билль о правах и обязанностях четвероклассника.	1	
25	Тема V. Мое Будущее. Моя будущая жизнь.	1	
26	Я ставлю цели.	1	
27	Моя мечта.	1	
28	Дорога в пятый класс.	1	
29	Сундучок сокровищ.	1	
30	Я перехожу в 5-й класс!	1	
31- 34	Резерв.	3	
	Итого	34	

Список литературы

1. Антонова С. Движение тела – движение мысли: Нейропсихологическая коррекционно-развивающая программа. – М.: Чистые пруды, 2010. – 32 с.
2. Долгова А.Г. Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. 2-е изд. – М.: Генезис, 2011. – 216 с.
3. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 1999 г.
4. Евлампиева М. Перекрестки возможностей: Программа развития социальных навыков младших подростков: Модуль «Я и мои особенности» / М. Евлампиева, О. Кардашина. – М.: Чистые пруды, 2010. – 32 с.
5. Залеская О.В. Младшие школьники с ЗПР: уроки общения.- М., 2005 г.
6. Зарипова Ю. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам. – М.: Чистые пруды, 2007. – 32 с.
7. Коррекционная работа психолога в школе. – Красноярск. - Центр ПМСС №5 «Сознание». – 2012. – 50 с.

8. Ключева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение. – Ярославль: Академия развития: Академия холдинг, 2001. – 160с.
9. Ключева Н.В. Психолог и семья: диагностика, консультации, тренинг, - Ярославль: Академия развития, 2001 – 160с.
10. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: Искусство отношений. – М.: Международная пед.акад., 1994. – 365с.
11. Новикова Л.М. Настольная книга школьного психолога. 1-4 классы М.: Эксмо, 2009. — 384 с.
12. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. – М.:»Издательство ГНОМ иД», 2000. – 160с.
13. Сарган П.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.: Сфера, 2001. – 128с.
14. Шалагинова К.С. Системное психологическое сопровождение как эффективная технология работы с младшими школьниками [Электронный ресурс] //Вестник практической психологии образования 2011. №4. URL: http://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2011/n4/56278.shtml (дата обращения: 18.09.2015)
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников, М.: Генезис, 2001. – 280с.