



Утверждено
решением педагогического совета
От 29 августа 2019 года протокол №_1_
Председатель _____ В.В. Домашенко

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 5
имени трижды Героя Советского Союза
Александра Ивановича Покрышкина
муниципального образования Кореновский район

Коррекционно-развивающая программа по формированию у обучающихся эмоционально-волевой сферы.

Уровень образования (класс) начальное общее образование (1-4 классы)
(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

Уровень образования (класс) основное общее образование (5-9 классы)
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием классов)

Количество часов: 68

Составила: педагог-психолог Мацакова Д.В.

Программа разработана на основе:

1. Битянова М.Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками.- Санкт-Петербург, 2007
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер.- М., 2007
3. Лепешева Е. Методика диагностики типа школьной мотивации у старшеклассников/школьный психолог, №9, 2007
4. Понамарева Е.А. Коллекция педагогического инструментария \ Методист, №6, 2007.

Пояснительная записка.

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру. Данная программа ориентирована на оказание помощи детям с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами старшего школьного возраста.

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию эмоционально-волевого развития. То, в какой мере ученики умеют понимать и отражать свои чувства, настроение друг друга, воспринимать и понимать других, а через них и самих себя, будет во многом определять процесс общения, качество отношений и способы, с помощью которых они будут осуществлять совместную деятельность.

Цель данной программы: коррекция и развитие эмоционально-волевой и личностной сферы, учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций

Основные задачи программы:

- снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности и агрессии;
- коррекция настроения и негативных черт характера;
- формирование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», адекватной самооценки и повышение уверенности в себе;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;
- повышение учебной мотивации;

Форма работы: групповая.

Организационная структура занятий

Материал каждого занятия рассчитан на 20 минут.

1. - Ритуал приветствия и разминка

Цель: создание атмосферы доверия, положительный настрой участников на работу.

2. - Основная часть

Направлена на решение задач данной программы.

3. - Заключительная часть

Подведение итогов, получение обратной связи. Ритуал прощания.

Задания построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение урока. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой.

Ожидаемые результаты:

Предполагается, что результаты отразятся, во-первых, на индивидуальных особенностях развития ребенка, связанных с Я-концепцией, мотивацией достижения успеха, развитием эмоциональной сферы и компетентности в общении, во-вторых – в улучшении адаптации в школе и, возможно, повышении продуктивности учебной деятельности.

Критерии положительной оценки:

1. повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности;
2. снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов;
3. сформированность умения правильно выражать свои чувства, умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;
4. овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении;
5. улучшение социально-психологического климата класса;
6. активность и продуктивность обучающихся в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Содержание программы соответствует поставленным целям и задачам.

Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки, совершенствование социально-бытовой и социокультурной компетенции, развитие коммуникативных навыков. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития своей личности.

В данной программе использованы такие занятия как:

1. Она способствует повышению самооценки и развитию самоуважения ребенка. Эта игра содержит элементы арт-терапии. Для нее также потребуются листы бумаги формата А4 (можно цветной), фломастеры, гелиевые ручки, карандаши. Краски не пригодятся, т.к. акварельные для такого занятия слишком прозрачные, а гуашь слишком плотно ложится и долго сохнет, и для нее необходимы листы формата А3. Ребенку предлагается представить себя рассказывая о каждой букве своего имени.

2. Содержание

Вызываются два добровольца. Один из них получает роль журналиста, другой – интересного человека, у которого берут интервью.

«Журналист» получает задание – взять интересное интервью, то есть вытащить из «интересного человека» как можно больше сведений, которые могут поразить воображение «телезрителей».

«Интересный человек» получает соответствующее задание – ему надо в целом честно отвечать на вопросы, но где-то соврать, и соврать убедительно. Эта роль должна продемонстрировать «телезрителям» интересность этого человека. Получается, что «журналист» и «интересный человек» должны подыгрывать друг другу. И делать это они должны так ловко, чтобы ввести «телезрителей» в заблуждение.

Ведущий обращает внимание «интересного человека» на то, что если в его жизни и правда было что-то поразительное, то он может про это рассказать. Пусть даже кому-то покажется, что он лжет, – ведь так даже интереснее.

Ролевая игра начинается. Продолжается она до тех пор, пока ведущий не остановит ее. Сделать это лучше в тот момент, когда интервью подошло к логическому концу, возникла некая заминка у игроков.

После этого все наблюдатели могут высказать свое мнение об увиденном:

3. Графическая методика « Кактус»,

Занятие направлено на исследование эмоционально-личностной сферы ребенка. При проведении диагностики ребенку выдается простой карандаш и лист бумаги формата А4. На листе бумаги он должен нарисовать кактус таким образом, как он себе его представляет.

4. Упражнение «Вверх по радуге». Цель: стабилизация эмоционального состояния. Инструкция: Все встают, закрывают глаза, делают глубокий вдох и представляют, что вместе с этим вздохом они взбираются вверх по радуге, а выдыхая - съезжают с нее, как с горки. Упражнение повторяют трижды, затем желающие делятся впечатлениями. Можно повторить упражнение с открытыми глазами еще 3-4 раза. Рефлексия занятия: Педагог: Песочный принц познакомил нас сегодня с Солнечным мальчиком, который любит все живое и доброе на Земле. Чтобы стать по-настоящему счастливым, необходимо делать добрые дела, создавать прекрасное...

Тематическое планирование:

5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Методы, формы работы
1	Вводное занятие	1	Знакомство с правилами работы в группе, создание положительного отношения к занятиям. Игры «Мое имя», «Интервью»
2.	Королевство внутреннего мира	1	Беседа «Что мы знаем о себе», «Какой я»
3	Мои достоинства	1	Самоанализ собственных достоинств.
4.	Графическая методика «Кактус» Мой характер	1 1	Исследование эмоционально-личностной сферы Понятие «характер». Формирование позитивного отношения к своему «Я».
5.	Умение Общаться	1	Понятие «общение»
6.	Умение сотрудничать	1	Игры, развивающие умение сотрудничать: «Найди путь», «Рисуем молча», «Угадай настроение»
7.	Умение общаться	1	Упражнения: «Комплимент», «Меняемся местами»
8.	Мое настроение	1	Упр. «Какого цвета твое настроение», «Определи настроение других людей» Развитие способности осознавать и выражать свои эмоциональные состояния
9.	Эмоции	1	Понятие, виды эмоций
10.	Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье.	2	Определение понятия положительных эмоций Способствование адекватному самовыражению, рефлексии эмоциональных состояний
11.	Грусть. Обида. Обида. Гнев	1	Способствование рефлексии эмоциональных состояний Определение понятия отрицательных эмоциональных переживаний
12.	Страх. Он помогает или мешает?	1	Определение понятий «страх», «тревога», «одиночество» Помощь в преодолении тревоги страхов
13.	Я и мои друзья Правила дружбы	2	Помощь в осознании качеств настоящего друга Повышение самооценки Сплочение коллектива в классе
14.	Мы-дружный класс	2	Сплочение коллектива Развитие чувства эмпатии Развитие навыков координации совместных действий
Общее кол-во		17 часов	

часов.			
б/к/л/с/с			
1	Вводное занятие	1	Знакомство с правилами работы в группе, создание положительного отношения к занятиям. Игры «Мое имя»
2	Мой характер Графическая методика «Кактус»	1	Понятие «характер», черты характера Исследование эмоционально-личностной сферы
3	Что такое воля?	1	Понятие «воля», волевые качества. Учимся управлять собой.
4	Развитие навыков самоконтроля	1	Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, основам самоконтроля.
5	Самооценка	1	Самооценка, определение уровня самооценки детей, рекомендации.
6	Познай самого себя и других	1	Определение достоинств и недостатков своих и других людей, понимание причин их поступков Закрепление знаний учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека Развитие интереса к себе
7.	Я глазами других людей	1	Упражнение «За что меня любит мама»
8.	Мое настроение	1	Упр. «Какого цвета твое настроение», «Определи настроение других людей» Развитие способности осознавать и выражать свои эмоциональные состояния
9.	Почему люди ссорятся? Споры и ссоры	1	Знакомство учащихся с понятием «конфликт» Выявление особенностей поведения в конфликтной ситуации Обучение способам выхода из конфликтной ситуации
10.	Учимся слушать друг друга	1	Формирование понимания необходимости жить в согласии с собой и другими Формирование адекватных эмоциональных реакций в ходе совместного взаимодействия
11.	Уверенное и неуверенное поведение	1	Знакомство с понятием о сильной личности Выработка навыка уверенного поведения Формирование негативного отношения к агрессии
12.	Нужна ли агрессия?	1	Познакомить учащихся с признаками агрессивного поведения Определить приемлемые способы разрядки гнева и агрессии
13.	Я и мои друзья	1	Развитие коммуникативных навыков

9.	Виды деятельности	1	Виды деятельности человека. Учебная, игровая деятельность и возможность их совмещения.
10.	Научи себя учиться	2	Развитие учебной мотивации.
11.	Учимся понимать себя и других	2	Формирование эффективных способов взаимодействия. «Рисуем молча», «Угадай настроение»
12.	Урок общения	1	Знаки внимания при общении. Как научиться общаться лучше?
13.	Итоговое занятие «Всемирное спасибо»	1	Подведение итогов Закрепление полученных навыков Развитие эмпатии, рефлексии Сплочение коллектива в классе
Общее количество часов		17 часов	
9 класс			
1.	Вводное занятие	1	Знакомство с правилами работы в группе, создание положительного отношения к занятиям.
2.	Кто я?	1	Описание своих качеств. Упр. «Футболка с надписью»
3.	Нужно ли управлять своими эмоциями?	1	Прием «Эмоциональный дневник»
4.	Эмоции правят мной или я ими?	1	Контроль эмоциональных проявлений, Упр. «Подари подарок»
5.	Мои желания и чувства	1	Игра «Что мне нужно для счастья»
6.	Все мы разные	1	Упр. «Я не такой, как все и все мы разные»
7.	Трудности взаимопонимания.	1	Упр. «Мои проблемы», «Список претензий».
8.	Агрессия и агрессивность.	1	Как победить свою и чужую агрессию.
9.	Неуверенность в себе.	1	Способы преодоления неуверенности, упр. «Вверх по радуге»
10.	Мир профессий, классификация профессий	1	Информация о мире профессий, их видах и типах,
11.	Ошибки в выборе профессии	1	Информация о возможных ошибках в выборе профессии
12.	Характер и профессия	1	Диагностика проф.интересов и склонностей: методика Климова (ДДО), тест «Карта интересов».
13.	Что такое страх?	1	Упражнение «Чего боятся люди» Упражнение «Как справиться со страхом»
14.	Побеждаем все тревоги	1	Информация о способах саморегуляции, упр. «Вверх по радуге»

15.		Лектории: «Эмоции, такие разные», «Учимся бороться с негативными эмоциями»	2 ч.	Снятие эмоционального напряжения
16.		Занятие. «Кто я?», «Я и мой мир.» с элементами пескотерапии	2 часа	Самопознание.
17.		Итоговое занятие «Всем спасибо»	1 час	Подведение итогов Закрепление полученных навыков Развитие эмпатии, рефлексии Сплочение коллектива в классе
Общее количество часов			34 часа	

Список литературы:

1. Богатырева Т.Л. Практическому психологу – цикл занятий с подростками 10-12 лет – М., 2007
2. Дереклеева Н.И. Справочник классного руководителя.: – М.: ВАКО, 2007
3. Психологический комфорт в школе: как его достичь: акции, тренинги, семинары. Авт.-сост. Е.П. Каргушина, Т.В. Романенко. – Волгоград: Учитель, 2009
4. Лукьянова М.И. Моя профессия – детский психолог. – М.: АРКТИ, 2007
5. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам / Юлия Зарипова – М.: Чистые пруды, 2007. Вып. 4 (16)
6. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. – М.: Изд-во ГНОМ и Д, 2000
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. – М.: Генезис, 2007