

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №118»

Г. Барнаула Алтайского края

**Рассмотрено**

на педагогическом совете

протокол № 2

от 29.03.2024 г.

**«Утверждаю»**

Директор \_\_\_\_\_ Абросимова А.К..

Приказ №182-о/д от 29.03.2024 г.

Абросимова  
Алла  
Константиновна  
а Р

Подписан: Абросимова Алла Константиновна  
ДНО: С=Р.О., S=Алтайский край, L=Барнаул,  
Т=Директор, О=МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
№118", СНИЛС=01045148875,  
ИНН=2239085219, E=ab11@yandex.ru,  
С=Алла Константиновна, SN=Абросимова,  
СН=Абросимова Алла Константиновна  
Основание: я подтверждаю этот документ  
своей удостоверяющей подписью  
Местооположение: место подписания  
Дата: 2024.03.22 08:51:15+0700

**Рабочая программа составлена на основе**

**программы групповых коррекционных занятий по психологии**

**«Тропинка к своему Я», Хухлаева О.В.**

Программу составил

**Семенова Светлана Николаевна,**

педагог-психолог

высшей квалификационной категории

**Барнаул, 2024г.**

## Пояснительная записка

Важнейшей социальной задачей цивилизованного общества является укрепление психического здоровья и обеспечение гармоничного развития подрастающего поколения. Здоровье детей является одной из основополагающих ценностей образования. В то же время отмечается рост нервно-психических расстройств у детей и подростков. Рост преступности, распространение аддитивных нарушений (зависимостей), суицидальной направленности поведения, а также повышение показателей смертности в результате несчастных случаев, травматизма прямым или косвенным образом связаны со снижением уровня психического здоровья населения страны, в частности – подрастающего поколения. Психическое здоровье – есть совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации. Особенно важно всё выше перечисленное для детей с ограниченными возможностями здоровья, в частности с тяжелыми нарушениями речи. К сожалению, в жизни многих детей с ограниченными возможностями складывается такая ситуация, когда они, достигнув того или иного возраста, затрудняются общаться со взрослыми и сверстниками, их не понимают, с ними не желают разговаривать, смеются над ними, их избегают. В результате у таких детей возникают барьеры, препятствующие установлению нормальных контактов между людьми. Можно выделить три группы трудностей, которые чаще всего наблюдаются в общении детей и подростков, это: — трудности, возникшие в связи с дефектами развития ребенка (нарушение речевого развития, умственная отсталость, задержки психического развития и др.); — трудности общения, порожденные социальными факторами (социальная изоляция и депривация, педагогическая запущенность, трудновоспитуемость и др.); — трудности, обусловленные индивидуально-типологическими особенностями (темперамента, характера, эмоциональных состояний и др.). Первая группа трудностей — трудности в общении, возникшие в связи с дефектами развития ребенка и его речи. Каждый вид дефекта накладывает свои специфические особенности на речевое общение, что учитывается в коррекционной работе по исправлению речи. Вместе с тем у всех детей с дефектами развития различной этиологии много общего, что их сближает и делает похожими. У большинства из них наблюдаются дефекты произношения, что делает речь малоразборчивой. У многих детей бедный и недостаточно точный словарь с ограниченным количеством слов, обозначающих отвлеченные и обобщающие слова, отсутствуют необходимые навыки общения как со взрослыми, так и со сверстниками, что существенно отражается на их психическом и личностном развитии.

В основу программы легли Закон Российской Федерации «Об образовании», Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования; СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002), методическое пособие Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я.- М., 2020, рекомендации ТПМПК.

**Цель программы:** создать условия для сохранения и укрепления психологического здоровья учащихся.

### Задачи:

- Учить понимать и контролировать свои эмоциональные состояния
- развивать способность принятия себя, своих достоинств и недостатков, осознание собственной ценности и уникальности, своих способностей и возможностей;
- развивать способность принятия других людей, осознание ценности и уникальности каждого человека вне зависимости от возраста, статуса и национальности;
- развивать рефлексию, умение распознавать свои мотивы поведения, последствия поступков;
- развивать стрессоустойчивость, умение находить собственные ресурсы в трудной ситуации.
- Развивать связную речь и речемыслительную деятельность

Данная коррекционно-развивающая программа целенаправленного и систематического развития младших школьников рассчитана на 1 год. Объем программы 35 часов (1 занятие в неделю).

Программа ориентирована на групповую форму работы. Групповые занятия с учащимися не заменяют индивидуальных занятий психолога с тем или иным ребёнком, нуждающимся в особой психологической помощи. Важность групповой формы психологических занятий обусловлена, прежде всего, двумя факторами:

- реализация задач по развитию у обучающихся коммуникативных навыков, навыков учебного сотрудничества, а также профилактика социальной дезадаптации требует организации различных форм межличностного общения детей;
- проблемы учебной деятельности школьников связаны именно с коллективным характером, в частности, трудности организации внимания и восприятия в условиях коллективной деятельности.

Занятия позволяют обеспечить состояние внутреннего благополучия, комфорта, защищённости, что обусловлено как их содержанием, так и принятыми в группе правилами взаимодействия и личностно-ориентированным стилем общения педагога.

Занятия с детьми построены на сюжетной основе.

Особенностью программы является её построение на основе принципа событийности. Усвоение психологических, этических и др. знаний на основе собственного опыта, через проживание конкретных событий позволяет придать им личностный смысл, облегчает их дальнейшее применение в жизни.

- Используются психологические формы и методы:
- групповая дискуссия, беседа;
- анализ конкретных жизненных ситуаций, текстов, решение задач;
- создание и анализ проблемных ситуаций;
- элементы наблюдения, самонаблюдения, эксперимента;
- игры (деловые, имитационные, драматизации);
- тестирование и другие диагностические процедуры;
- элементы социально-психологического тренинга.

#### **Планируемые результаты усвоения курса:**

Универсальные компетенции ребенка с ограниченными возможностями здоровья, формирующиеся в процессе реализации программы коррекционной работы:

- умение организовывать собственную жизнедеятельность по достижению состояния индивидуального благополучия (соматического, психологического и социального) с учетом возможностей своего здоровья;
- умение активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
- умение воспринимать и переводить в личностные смыслы информацию по здоровьесберегающей тематике в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья в результате реализации программы коррекционной работы:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья.

Метапредметные результаты ребенка, с ограниченными возможностями здоровья в результате реализации программы коррекционной работы, является формирование

регулятивных, познавательных и коммуникативных, личностных универсальных учебных действий).

#### **Регулятивные УУД**

1. Освоить роли ученика; формирование интереса (мотивации) к учению.
2. Принимать и сохранять учебную задачу.
3. Определять цель выполнения заданий на занятиях, в жизненных ситуациях под руководством психолога.
4. Планировать совместно с психологом свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.
5. Переносить навыки построения внутреннего плана действий из игровой деятельности в учебную.
6. Осваивать правила планирования, контроля способа решения.
7. Осваивать способы итогового, пошагового контроля по результату.
8. Овладевать способами самооценки выполнения действия, адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

#### **Познавательные УУД**

1. Ориентироваться в заданиях: определять умения, которые будут сформированы на основе изучения данного раздела.
2. Отвечать на простые вопросы психолога.
3. Подробно пересказывать прочитанное или прослушанное; определять тему, устанавливать последовательность основных событий в тексте.
4. Выделять и формулировать познавательную цель с помощью психолога.
5. Использовать знаково-символические действия.
6. Формулировать проблемы с помощью психолога.

#### **Коммуникативные УУД**

1. Отвечать на вопросы психолога, товарищей по классу, уметь слушать, принимать чужую точку зрения, отстаивать свою.
2. Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. Уметь договариваться.
3. Слушать и понимать речь других.
4. Обсуждать в ходе совместной деятельности возникающие проблемы, правила.
5. Уметь задавать учебные вопросы.
6. Иметь первоначальные навыки работы в группе: распределить роли, распределить обязанности, уметь выполнить работу; осуществлять контроль;
7. Понимать смысл простого текста; знать и применить первоначальные способы поиска информации (спросить у взрослого, сверстника, посмотреть в словаре).

#### **Личностные УУД**

1. Ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья».
2. Уважать свою семью, любить родителей.
3. Освоить роли ученика (формирование интереса (мотивации) к учению).
4. Оценивать жизненные ситуаций и поступки героев художественных текстов с точки зрения общечеловеческих норм.

**Категория участников:** 1 класс.

**Форма проведения:** внеурочная деятельность

**Количество часов:** 68

**Режим работы:** 2 раза в неделю.

**Оборудование:**

- магнитофон;
- мягкие игрушки;
- краски, карандаши, фломастеры.
- наглядные пособия и раздаточный материал

- Метафорические ассоциативные карты
- Набор «Пертра»

#### Учебно-тематический план

<b>№ п /п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Я - школьник	30
2.	Мои чувства	34
3.	Игровой калейдоскоп	4
	Итого:	68

### Содержание учебно-тематического плана

	Наименование разделов, тем	Цель занятия	Содержание занятия	Кол-во часов
	<b>1 КЛАСС</b>			
	Тема 1. Я - школьник	Содействовать осознанию позиции школьника; способствовать формированию дружеских отношений в классе; развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.		
1.	Я умею управлять собой		1. Введение. 2. «Знакомство» 3. «Имя оживает» 4. «Ласковое имя» 5. «Рисунок имени»	2
2.	Я умею преодолевать трудности		1.Ролевая гимнастика» 2. «Моё имя» 3. «Имя начинается с буквы...» 4. «Имя соседа» 5. «Я - солнышко» 6. «Нарисуем имя мамы»	4
3.	Я умею слушать других		1. «Ролевая гимнастика» 2. «Закончи предложение» 3.»Какой урок важнее» 4.Работа со сказкой. «Про Колю» 5. Рисунок «Я в школе»	4
4.	Я умею учиться у ошибки		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Сколько в нашем классе...?» 3. «Какого цвета?» 4. «Буратино хочет в школу» 5.«Буратино проголодался» 6. Работа со сказкой. «Два города», «Перемены», «О том, как был найден выход».	2
5.	Я умею быть доброжелательным		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Сколько в моём классе..?» 3.«Закончи предложение» 4. «Мы» 5. «Вспомним хорошие поступки» 6. «Мы любим» 7. Работа со сказкой. «Кто самый лучший»	4

6.	Я– доброжелательный		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Кто умеет хорошо...» 3.«Закончи предложение» 4. «Тропинка к сердцу» 5. «Портрет моего друга» 6. Работа со сказкой. «Про Белоцветика»	2
7.	Я умею быть ласковым		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Изобрази предмет» 3. «Буквы на спине» 4. «Спасибо, что помог» 5. «Ниточки тепла» 6. Работа со сказкой. «Фло» (П. Дидык)	2
8.	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими		1.«Ролевая гимнастика» 2.«Закончи предложение» 3.«Как можно помириться» 4. «Да» 5. «У кого самое лучшее зрение». 6. Работа со сказкой. «Снежинка»	2
9.	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Закончи предложение» 3. «Буратино забыл слова» 4. «Мне помогли» 5. «Считалка» 6. Работа со сказкой. «Яшok и «звёздная болезнь» (И. Самойлова)	3
10.	Я учусь решать конфликты		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Я тоже» 3. «Встаньте, у кого есть» 4. «Главная учебная сила» 5. Работа со сказкой. «Козлёнок Хрюпигав» (Е.Елпидинская)	3
11	Я умею разрешать конфликты		1.«Ролевая гимнастика» 2. «Закончи предложение» 3. «Буратино забыл слова» 4. «Главная учебная сила» 5. Работа со сказкой	2
	Тема 2. Мои чувства	Рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева: обучать распознаванию и описанию своих		

		чувств и чувств других людей; помочь детям осознать относительность оценки чувств; способствовать снижению уровня страхов		
12.	Радость. Что такое мимика.		1.«Зайчик рассмеялся – зайчик испугался» 2. «Раз, два, три, позу за мною повтори» 3. «Закончи предложение» 4. «Зоопарк» 5. «Рисунок радости»	4
13.	Радость. Что такое жесты		1.«Угадай, где я иду?» 2. «Превратись в животное» 3. Кричалка «Я очень хороший!» 4. «Как доставить радость другому человеку?» 5. «Собираем добрые слова» 6. «Скажи мишке добрые слова»	2
14.	Радость. Как её доставить другому человеку.		1.«Угадай, где я иду?» 2.«Радость можно выразить жестом» 3. «Передай сообщение» 4. «Объясни задание» 5. Работа со сказкой. «Когда молочные зубы сменились постоянными» (Е.Фатеева)	2
15.	Радость можно передать прикосновением		1.«Муха» 2. «Превратись в животное» 3. «Фотоохота» 4. Кричалка «Ура успешной фотоохоте!» 5. «Радость можно передать прикосновением» 6. «Котёнок» 7. Работа со сказкой. «О муравьишке, который пошёл в школу» (Е.Катынская)	2
16.	Грусть		1.»Мысленная картинка» 2. «Врунишка» 3. «Радость можно подарить взглядом» 4.Работа со сказкой. «Нужная вещь» (Р.Иванова)	4
17.	Страх		1. «Покажи профессию» 2. «Скажи да и нет» 3. «Закончи предложение»	2



			4. «Грустные ситуации» 5. «Котёнок загрустил» 6. Работа со сказкой. «Сказка про котёнка Ваську» (К.Ступницкая)	
18.	Страх, как его преодолеть?		1.«Дотронься до...» 2.«Мысленная картинка» 3. «Покажи страшилку» 4. Работа со сказкой. «Девочка с мишкой» (Е.Зубарева); «Темноландия» (Р.Масленикова)	2
19.	Гнев. С какими чувствами он дружит?		1.«Художники» 2. «Попугай» 3. «Покажи дневник маме» 4. Работа со сказкой. «О мальчике Серёже, который всего боялся, и потому дрался» «Как ромашки с васильками поссорились» (Е.Вишнёва)	2
20.	Гнев и его польза		1.«Чёрная рука – белая рука» 2. «Разозлились – одумались» 3. «Поссорились – помирились» 4. «Закончи предложение» 5. Работа со сказкой. «О путнике и его беде» (С.Кондратенков)	2
21.	Обида		1.«Массаж чувствами» 2. «Пусть всегда будет...» 3. «Весеннее настроение» 4. «Закончи предложение» 5. «Какая у меня обида» 6. «Напрасная обида» 7. Работа со сказкой. «Обида» (Е.Карабашева)	4
22.	Разные чувства		1.«Попугай» 2. «Покажи дневник маме» 3. «Шурум-бурум» 4. «Море волнуется» 5. «Волны» 6. «Закончи предложение» 7. «Ожившее чувство» 8. «Рисунок чувств»	4
25.	Итоговое. Игровой калейдоскоп			4
	ВСЕГО			68

### **Оценка эффективности реализации программы.**

#### **I. Диагностика сформированности УУД включает в себя:**

##### *Коммуникативные УУД*

— Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

— «Кто прав?» (Г.А. Цукерман)

##### *Регулятивные УУД*

— Методика «Графический диктант» (Д.Б. Эльконин);

— Тест Тулуз-Пьерона.

##### *Личностные УУД*

— «Беседа о школе» (Т.А. Нежновой);

— Тест «Лесенка» (В.Г. Щур);

— Методика «Определение мотивов учения» (М.Р. Гинзбург)

##### *Познавательные УУД*

Методический комплекс Л.А. Ясюковой (задания на диагностику развития познавательных психических процессов).

### **Список литературы**

1. Колмогорова Л.С. Генезис и диагностика психологической культуры младших школьников. – Барнаул, 1999.
2. Учителю о психическом здоровье младшего школьника: Практическое пособие. Под ред. Л.С.Колмогоровой. – Барнаул: БГПУ, 2004.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я.- М., 2020.
4. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь школьника.- М., 2020
5. Хухлаева О.В. Хочу быть успешным: Методическое пособие. – М.: Чистые пруды, 2005. (Библиотечка «Первого сентября», серия «Школьный психолог». Вып.5).
6. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки.- М., 2003.
7. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.,1999

\

«Утверждаю»  
Директор школы \_\_\_\_\_ Абросимова А.К.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**Лист коррекции и внесения изменений**

<b>Класс</b>	<b>№ урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Причины</b>