

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Таборинская средняя общеобразовательная школа»



## Образовательно-психологическая программа «Все мы люди» Для детей с 11-14 лет

Учитель: Буравкина И.В.

с. Тaborы  
2019 г.

## **Пояснительная записка**

### **Актуальность программы**

Внимание к проблемам умственной отсталости вызвано тем, что количество людей с этим видом аномалий не уменьшается. Все большему числу детей во всех странах мира ставится диагноз «умственная отсталость». Социализация детей с умственной отсталостью чрезвычайно затруднена в связи с отсутствием у них навыков межличностного общения в среде нормальных людей, несформированностью потребности в таком общении, неадекватной самооценкой, негативным восприятием других людей, гипертрофированным эгоцентризмом, склонностью к социальному иждивенчеству. Эти дети не имеют широких контактов со сверстниками. Чаще всего они окружены людьми со сходными социально-психологическими и коммуникативными проблемами. Их навыки общения, социальные навыки весьма ограничены. Программа творческого объединения Уроки психологии «Все мы люди» ориентирована на личностное развитие и развитие коммуникативных навыков, а также коррекции эмоционально – волевой сферы.

Данная программа содержит практические методы психолога – педагогического воздействия по созданию условий для личностного развития детей с умственной отсталостью. Новизна программы в том, что ее результатом является - успешная социальная адаптация в дальнейшем.

**Цель программы** – повысить самостоятельность умственно отсталых детей и расширить возможности их общения в современном обществе, через преодоление барьеров в общении, развитии лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

### **Задачи программы:**

- формирование положительных межличностных взаимоотношений между детьми, на основе которых каждый ребенок смог быть успешно социализирован;
- формирование образа «Я», навыков самопознания;
- развитие эмоционально – волевой сферы;
- освоение навыков работы в коллективе;
- развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

### **Пути реализации программы:**

*Сбор и анализ информации* (информационно-аналитическая деятельность). Результатом данного этапа является оценка контингента обучающихся для учёта особенностей развития детей, определения специфики.

*Планирование, организация, координация* (организационно-исполнительская деятельность). Результатом работы является особым образом организованный процесс, имеющий коррекционно-развивающую направленность и процесс специального сопровождения детей с умственной отсталостью при специально созданных (вариативных) условиях обучения, воспитания, развития, социализации рассматриваемой категории детей.

*Диагностика коррекционно-развивающей образовательной среды* (контрольно-диагностическая деятельность). Результатом является констатация соответствия созданных условий и выбранных коррекционно-развивающих и образовательных программ особым потребностям ребёнка.

*Регуляция и корректировка* (регулятивно-корректировочная деятельность). Результатом является внесение необходимых условий и форм обучения, методов и приёмов работы.

## **Методы и формы реализации программы**

❖ **Арт – методы** (рисуночные техники, музыкотерапия). Одним из важнейших факторов положительного воздействия арт – методов на детей с умственной отсталостью являются терапевтические отношения, благодаря которым ребенок может ощущать себя в безопасности и начать выражать себя более смело, развить коммуникативные способности и получить ценнейший опыт принятия и поддержки, который, к сожалению, часто недостаточен у детей данной категории в связи социальными факторами и условиями воспитания. Арт – методы используются при групповой форме работы, которые можно разделить на директивный (деятельность ребенка в процессе занятия определенным образом организуется и направляется специалистом) и недирективный варианты. Во многих занятиях данной программы используется сочетание директивного и недирективного подходов, с доминированием первого в связи с психофизическими особенностями развития детей с легкой умственной отсталостью. Во многих случаях изобразительная деятельность выступает инструментом коммуникации, позволяя ребенку восполнить дефицит общения и построить более гармоничные взаимоотношения с миром. Во многих случаях работа с изобразительными материалами позволяет получить седативный эффект и снимает эмоциональное напряжение. В других – отреагировать травматический опыт и достичь над ним контроль.

### **Принципы применения арт-методов:**

1. Принцип субъективности - отношения к детям не как к пассивным реципиентам коррекционных и развивающих воздействий, но как к личностям с индивидуальным набором потребностей, установок, взглядов и т.д.

2. Принцип активности – всемерное вовлечение участников в разные формы творческого самораскрытия с проявлением ими инициативы и ответственности
3. Партнерство – уважение позиции ребенка, стимулирование его к выражению чувств и мыслей
4. Обратная связь – ответ участников занятий о своих мыслях, чувствах и впечатлениях от работы и взаимодействия друг с другом и ведущим.
5. Интегративность – активизация и развитии в ходе занятия эмоциональных, познавательных и поведенческих аспектов личности, в пределах, обусловленных ограниченными возможностями здоровья.

❖ **Игротерапия** - позволяет моделировать систему социальных отношений в наглядно – действенной форме в особых игровых условиях, возрастает мера социальной компетентности, развивается способность к разрешению проблемных ситуаций; формируются равноправные партнерские взаимоотношения ребенка со сверстниками, что обеспечивает возможность позитивного личностного развития. Игротерапия позволяет организовать поэтапную отработку в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, происходит постепенное формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли, и правил, регулирующих поведение в игровой команде.

❖ **Психогимнастика** - в основе лежит использование двигательной экспрессии. Основная цель – преодоление барьеров в общении, развитии лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения

## **Условия реализации программы**

Содержание программы предполагается реализовывать в объеме 34 занятий за 1 год обучения. Каждая встреча рассчитана на 30–40 минут в

зависимости от эмоционального состояния и физического самочувствия участников. Продолжительность занятий может быть увеличена или уменьшена по желанию ведущего в зависимости от перечисленных выше факторов. Программа рассчитана на детей в возрасте от 11 до 15 лет.

Разработанная программа опирается на следующие законодательные и правовые документы:

- ✓ Конвенция ООН о правах ребенка;
- ✓ Закон об образовании РФ;
- ✓ Федеральный закон об основных гарантиях прав ребенка РФ;
- ✓ Этический кодекс психолога.

### **Успехи реализации программы возможны если:**

- ✓ Программа выполнена на 100%;
- ✓ Учтены возрастные и индивидуальные особенности обучающихся;
- ✓ Педагогами и родителями (законными представителями) выполняются все рекомендации педагога-психолога.

### **Перспективы.**

- ✓ Продолжать работу по повышению самостоятельности умственно отсталых детей;
- ✓ Расширение возможности их общения в современном обществе;
- ✓ Сформированность положительных межличностных взаимоотношений между детьми, на основе которых каждый ребенок смог быть успешно социализироваться;
- ✓ Освоение навыков работы в коллективе.

### **Содержание программы**

Структура занятий включает в себя разминку, основную часть, обсуждение занятия и релаксационные упражнения. Упражнения для разминки и релаксации могут варьироваться в зависимости от психоэмоционального состояния учащихся и группы. Начинается курс вводным занятием, на котором учащиеся знакомятся с основными правилами работы в группе. Тематика развивающих занятий для детей с умственной

отсталостью степени включает два основных блока: **1 блок «Что я знаю о себе»** и **2 блок «Я и другие»**. Содержание первого блока помогает разобраться в личностных особенностях своего «Я» узнать свою самооценку, познакомиться с многообразием чувств и эмоций, определить свои достоинства и недостатки. Второй блок включает темы, связанные с изучением особенностей взаимоотношений с окружающими людьми.

Программа занятий вариативна, является гибкой в зависимости от психофизических особенностей участников группы и индивидуальных психологических особенностей. Некоторые занятия в ходе прохождения программы могут дублироваться (по желанию участников или решению педагога – психолога) с целью усвоения практического опыта или завершения психологического воздействия.

### **Учебный план программы Уроки психологии «Все мы люди»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема (блоки)</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>1.</b>	«Что я знаю о себе». Содержание первого блока помогает разобраться в личностных особенностях своего «Я» узнать свою самооценку, познакомиться с многообразием чувств и эмоций, определить свои достоинства и недостатки.	<b>18</b>
<b>2.</b>	«Я и другие». Второй блок включает темы, связанные с изучением особенностей взаимоотношений с окружающими людьми.	<b>16</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>

## Тематическое планирование

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Основные цели:</b>	<b>Кол-во часов по программе</b>
1.	«В начале пути»	-Становление правил поведения в группе; -Снятие эмоционального напряжения, создание рабочей атмосферы.	2
2.	«САМоценность»	-установление контактов между участниками; -снятие эмоционального и телесного напряжения; -развитие навыков совместной игры.	2
3.	«Мое тело»	-закрепление знаний о своем теле; -формирование и закрепление представлений о гендерных различиях.	1
4.	«Волшебные рисунки»	-Гармонизация эмоционального состояния; -Развитие и познание внутреннего мира ребенка; -Снятие напряжения, отреагирование напряжения и агрессивных тенденций; -Осознание и отреагирование чувств.	1
5.	«Мой волшебный мир»	-Гармонизация эмоционального состояния ребенка; -Развитие навыков самопознания; -Познание внутреннего мира ребенка.	2
6.	«Необыкновенная скорлупа»	-Гармонизация эмоционального состояния ребенка; -Развитие умения работать в коллективе; -Развитие навыков самопознания; -Познание внутреннего мира ребенка.	2
7.	«Мои достижения»	-Гармонизация эмоционального	2

		состояния ребенка; -Развития самопознания; -Развитие адекватной самооценки; - Развитие коммуникативных умений и навыков.	
8.	«Взаимодействие»	-Снятие психоэмоционального напряжения; -Развитие самопознания; -Развитие коммуникативных умений и навыков.	2
9.	«Вместе»	-Взаимодействие участников группы; -Отреагирование чувств; -Развитие коммуникативных умений и навыков.	2
10.	«Двигаемся дальше»	-Осознание неконструктивного поведения и выражения своего отношения к нему; -Развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий; -Развитие самопознания; -Гармонизация психоэмоционального состояния.	1
11.	«На пути»	-Повышение активности и самооценки детей; -Принятие и отреагирование своих негативных качеств.	1
12.	«Я и другие»	-Изучение мотивов негативного поведения; -Изучение агрессивного поведения других людей; -Развитие коммуникативных умений и навыков.	2
13.	«Все мы люди»	-установление более тесных взаимоотношений между участниками тренинга; -формирование навыков рассказывать о себе; -развитие мелкой моторики, координации.	2

14.	«Транспорт»	-познакомить детей с различными видами транспорта (автобус, троллейбус, трамвай, автомобиль); -обучить элементарным правилам дорожного движения; создать ситуации, приближенные к реальности, для реализации полученных навыков.	2
15.	«Магазин»	-обучение навыкам самостоятельного посещения магазина; -формирование и закрепление умения обращаться за помощью, строить диалог;	2
16.	«Идем в гости»	-формирование навыков поведения в гостях, элементарных норм этикета; -умения знакомиться друг с другом, вести себя в обществе.	2
17.	«Выплеск»	-Отреагирование накопившихся отрицательных эмоций; -Обсуждение конструктивных способов разрядки гнева и агрессии.	1
18.	«Договор – уговор»	-Обучение методам саморегуляции.	2
19.	«Солнышко и туча»	-снижение уровня личностной тревожности; -формирование положительной мотивации к занятиям	1
20.	«Завершение»	-Гармонизация эмоционального состояния; -Развитие самопознания; -Развитие коммуникативных умений и навыков.	1
21.	«Итог»	Завершение работы группы	1
<b>ИТОГО:</b>			<b>34</b>

✓ **Планируемый результат:**

- ✓ Развитие навыков совместной деятельности;
- ✓ Гармонизация эмоционального состояния ребенка;
- ✓ Развитие адекватной самооценки;
- ✓ Развитие коммуникативных умений и навыков;
- ✓ Развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий;
- ✓ Гармонизация психоэмоционального состояния;
- ✓ Овладение методам саморегуляции;
- ✓ Социализация и адаптация в современном обществе.

**Список литературы для педагога**

1. Бейсова В.Е. Психолого – медико – педагогический консилиум и коррекционно – развивающая работа в школе/ В. Е. Бейсова – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 283, [1] с. – (Сердце отдаю детям).

2. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. – СПб.: Речь, 2007.-144 с.
3. Жадъко Е.Г., Широкова Г.А. Практикум для детского психолога. – Ростов н/Д.: Феникс, 2004. – 178 с.
4. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. – СПб.: Издательство «Речь», 2003. – 400 с.: ил.
5. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники/ О.Н. Истратова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 347 с.- (Психологический практикум).
6. Лебедева Л.Д. Практика арт – терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008. – 256 с.
7. Набойкина Е.Л. Сказки и игры с «особым» ребенком. –СПб.: Речь, 2006. – 144с.
8. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пяткова О.М.; под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб.: Питер, 2005. – 304с.: ил. – (Серия «Практикум по психологии»)
9. Сакович Н.А. Игры в тигры: Сборник игр для работы с агрессивными детьми и подростками. – СПб.: Речь, 2007. 208с.
10. Скурат Г.Г. Детский психологический театр: развивающая работа с детьми и подростками. – СПб.: Речь, 2007. – 144с.
11. Слепович Е.С., Поляков А.М. Работа с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Практика специальной психологии. – СПб.: Речь, 2008. – 247 с.
12. Сучкова А.Н. Арт - терапия в работе с детьми из неблагополучных семей. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. – 112с.

### **Список полезных интернет-ресурсов для педагога**

1. <http://bookap.info>

2. <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. <http://go2bsu.narod.ru/libr/index.htm>
4. [http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm.](http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm)
5. [http://www.psycheya.ru,](http://www.psycheya.ru)
6. <http://www.pedlib.ru/>
7. <http://www.psy.su/>
8. <http://www.psystudy.com/>
9. [http://www.psychology.su.](http://www.psychology.su)
10. [http://www.voppsy.ru.](http://www.voppsy.ru)
11. [http://psyjournal.ru/.](http://psyjournal.ru/)
12. [http://psy.1september.ru/.](http://psy.1september.ru/)
13. [http://www.psynews.narod.ru/.](http://www.psynews.narod.ru/)
14. [http://psy.rin.ru.](http://psy.rin.ru)
15. [http://www.psyonline.ru.](http://www.psyonline.ru)