**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Ботовская школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено: | 2016-10-03 14-06-52_0216Утверждено: |
| Педсовет от 31.08 2023 г. № 1 | Приказ от 31.08.2023 г. № 355  Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.А.Крупнова |

ПРОГРАММА коррекционных занятий

по развитию навыков целеполагания и саморегуляции

обучающихся 6 класса

Педагог – психолог: С.В. Шушкова

д. Ботово

2023 – 2024 учебный год

1. **Пояснительная записка**

Школа призвана не только передать необходимые знания, но и подготовить детей к самостоятельной жизни, способствовать их правильной социализации. В школьном возрасте развиваются нравственные ценности, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей. Учащиеся коррекционных школ в силу особенностей развития не могут самостоятельно приобретать знания и умения, поэтому так велика роль специально организованного обучения и воспитания.

Нарушение процессов осознанной саморегуляции является основной особенностью школьников с недостатками интеллекта.

Развитие процессов саморегуляции деятельности и поведения, умение владеть собой и организовывать собственную деятельность является необходимым условием успешной социальной адаптации учащегося с нарушением интеллекта.

Данная программа предназначена для работы с детьми младшего подросткового возраста (школьниками 6 классов) с ОВЗ. Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития детей с ОВЗ.

Программа рассчитана на 34 занятия продолжительностью 35 минут, в зависимости от темпа работы и индивидуальных особенностей учащихся. Программа направлена на решение следующих задач:

* повышение самопонимания и понимания других;
* развитие способности к самоанализу;
* повышение представлений школьника о ценности самого себя и других людей;
* развитие умений достигать поставленной цели;
* воспитание умения адекватно реагировать в различных бытовых, учебных ситуациях;
* обучение конструктивным способам управления эмоциональным состоянием;
* формирование способности анализировать и адекватно оценивать свое состояние.
* Формирование функциональной грамотности.

Для решения поставленных задач в программе используются методы психолого-педагогического воздействия и техники:

* элементы сказкотерапии (анализ сказок);
* психогимнастика;
* игровые методы;
* арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
* моделирование и анализ проблемных ситуаций;
* проективные методы вербального и рисуночного типа;
* цветомедитация;
* ролевая игра.

Программа ориентирована на создание условий для успешной социально-психологической адаптации учащихся. Основной **целью** работы является формирование произвольной регуляции младших подростков, испытывающих трудности в обучении и поведении, посредством воздействия на механизмы сознания, развитие волевой устойчивости, концентрации внимания, саморегуляции, произвольной зрелости, навыков самоконтроля.

Содержательная часть занятия может незначительно изменяться в зависимости от эмоционального и психофизического состояния участников, их готовности к восприятию предлагаемого материала. Педагог оставляет за собой право сокращать предлагаемый материал и наоборот добавлять новую информацию.

**2. Содержание изучаемого курса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Основное содержание занятия |
| 1 | Вводное занятие. | Введение в курс. Обсуждение целей и задачей курса. |
| 2 | Диагностика. | Диагностика саморегуляции деятельности и поведения. |
| 3 | Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении. | Упражнение «Уверенные, неуверенные и грубые ответы». |
| 4 | Мой дневник. Что я хочу рассказать другим о себе | Упражнения «Футболка с надписью», «Сила слова», «Зеркало». |
| 5 | Невербальные формы уверенного, неуверенного, грубого поведения. | Проигрывание ситуаций уверенного, неуверенного, грубого поведения. |
| 6 | Как наша уверенность и неуверенность зависят от других людей. | Упражнение «Хвалить или ругать?», «Я не такой, как все, и все мы разные». |
| 7 | Мы очень разные и этим интересны друг другу. | Проигрывание ситуаций. |
| 8,9 | Чувство собственного достоинства. | Проигрывание ситуаций. |
| 10 | Вербальные и невербальные формы выражения наличия и отсутствия чувства собственного достоинства. | Упражнение «Скульптура». |
| 11 | Мои права и права других людей. | Упражнение «Мои права». |
| 12,13,14 | Просьба. | Упражнение «Пирог с начинкой», «Чемпионат». |
| 15,16,17 | Я в своих глазах и в глазах других людей. | Упражнение « Игра в мяч» (воздушный шар). Проигрывание ситуаций. |
| 18,19,20 | Обида. | Упражнение «Как выразить обиду и досаду». «Копилка обид». Проигрывание ситуаций. |
| 21 | Как справиться с раздражением, плохим настроением. | Упражнение «Цепочка смеха». |
| 22 | Победи своего дракона! | Упражнение «Победи своего дракона!» |
| 23 | Я в будущем. | Упражнение «Я в будущем» «Я в настоящем, я в будущем». «Хочу в будущем – делаю сейчас». |
| 24 | Звѐздная карта всей жизни. | Упражнение «Моя вселенная». |
| 25 | Сам себе воспитатель | Упражнение “Я в рисунке”. |
| 26 | Снова смотримся в зеркало | Тест “Самооценка своих личностных качеств”. |
| 27 | Какой из меня воспитатель | Тест «Я – самовоспитание». |
| 28 | Создание своего имиджа | Упражнение-тест “Я в моем имидже” (самооценка) |
| 29 | Человек и изобразительное искусство | Экспозиция "Мечта о прекрасном". |
| 30 | Человек и музыка | Ваша музыкальная культура. |
| 31 | Человек и поэтическое слово | Ситуация-проба "И человек исправился?" |
| 32 | Как стать интересным | Круглый стол: “Человек среди людей”. |
| 33 | Диагностика. | Диагностика саморегуляции деятельности и поведения. |
| 34 | Заключительное занятие. | Подведение итогов курса. |

1. **Учебно – тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятий** | **Количество часов** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 |
| 2 | Диагностика. | 1 |
| 3 | Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении. | 1 |
| 4 | Мой дневник. Что я хочу рассказать другим о себе. | 1 |
| 5 | Невербальные формы уверенного, неуверенного, грубого поведения. | 1 |
| 6 | Как наша уверенность и неуверенность зависят от других людей. | 1 |
| 7 | Мы очень разные и этим интересны друг другу. | 1 |
| 8 | Чувство собственного достоинства. | 2 |
| 9 | Вербальные и невербальные формы выражения наличия и отсутствия чувства собственного достоинства. | 1 |
| 10 | Мои права и права других людей. | 1 |
| 11 | Просьба. | 3 |
| 12 | Я в своих глазах и в глазах других людей. | 3 |
| 15 | Обида. | 3 |
| 16 | Как справиться с раздражением, плохим настроением. | 1 |
| 17 | Победи своего дракона! | 1 |
| 18 | Я в будущем. | 1 |
| 19 | Звѐздная карта всей жизни. | 1 |
| 20 | Сам себе воспитатель | 1 |
| 21 | Снова смотримся в зеркало | 1 |
| 22 | Какой из меня воспитатель | 1 |
| 23 | Создание своего имиджа | 1 |
| 23 | Человек и изобразительное искусство | 1 |
| 24 | Человек и музыка | 1 |
| 25 | Человек и поэтическое слово | 1 |
| 26 | Как стать интересным | 1 |
| 27 | Диагностика. | 1 |
| 28 | Заключительное занятие. | 1 |
|  | Итого: | 34 часа |

**Список литературы:**

1. Воспитание законопослушного гражданина. Программа курса.под ред. Г.А. Новокшоновой. Пермь, 2001 г.
2. Зюзько М.В. Пять шагов к себе. М.1992 г.
3. Защита детей от экономической эксплуатации: тренинги, проблемно- ролевые игры. Метод.пособие. Пермь 2001 г.
4. Клейберг Ю.А. Психология девиантного поведения.М.2001 г.
5. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. Эксмо- пресс.2001 г.
6. Резапкина Г.В. Я и моя профессия. Программа проф. самоопределения для подростков. М.2000 г.

7. Рейтинговая программа личностного роста «Я-это Я» Пермь 2001 г.

8. СелевкоГ.К.и др. «Управляй собой» Народное образование 2001 г. .

9. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их

педагогов. Москва-Рига 1997 г.

10. Чарный Б. Воспитай себя сам. Пермь 1990 г.

11. Г.К. Селевко, Н.К. Тихомирова, О.Г. Левина «СДЕЛАЙ СЕБЯ САМ». М, 2005 г.