

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пажгинская средняя общеобразовательная школа»**

Утверждаю
Директор МБОУ «Пажгинская СОШ»

/Е.В.Иванова/

Рабочая программа психокоррекционных занятий
с детьми ОВЗ (1599 вариант 1)
4 класс

Составитель: Максимова А.А.
педагог-психолог

Пажга 2023

Пояснительная записка

Программа разработана для детей, обучающихся по адаптированной образовательной программе с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с чрезмерной утомляемостью, эмоциональной истощаемостью, нарушениями эмоционально-волевой сферы, произвольной регуляции.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы коррекционной работы с обучающимися общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2.1.3684-21 «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса»;
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);
- О создании условий для получения образования детьми с ограниченными

возможностями здоровья и детьми-инвалидами. (Письмо МО РФ N АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г.);

- Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации (от 24 июля 1998 г. N 124-ФЗ);
- Письмо Минобразования РФ от 27.03.2000 № 27/901 – 6 о психолого–медико–педагогическом консилиуме (ПМПК) образовательного учреждения.

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 апреля 2008 года N АФ – 150/06 о создании условий для получении образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детей – инвалидами.

Программа индивидуального психологического сопровождения разработана и составлена по результатам диагностики познавательной и эмоционально-волевой сферы обучающегося, в соответствии с психологическим заключением и рекомендациями ТППМК.

При составлении программы индивидуального психологического сопровождения учитывались индивидуально-психологические и возрастные особенности ребенка, опираясь на зону его ближайшего развития.

Основная цель программы - развитие ребенка как субъекта общения, как субъекта отношения к самому себе и к другим людям.

Основные задачи занятий:

- обеспечить успешную адаптацию детей в учреждении;
- формировать у них представления о внутреннем мире человека, о его месте в окружающем мире;
- развивать умение чувствовать и понимать других;

- повысить уровень самооценки, уверенности в себе;
- развивать творческие способности и воображение детей;
- формирование произвольной регуляции;
- коррекция эмоционально-волевой сферы;
- коммуникативной сферы.

Актуальность занятий состоит в том, что сокращается адаптационный период к условиям школьного обучения у обучающихся с вышеперечисленными особенностями. Занятия способствуют полноценному развитию личности ребенка, профилактике отклоняющегося поведения.

Упражнения, включаемые в каждое занятие, являются важным элементом, позволяющим улучшить самочувствие и тем самым создать основу для усвоения больших объемов информации.

Структура занятий: занятия строятся по определенной схеме и состоят из четырех звеньев или фаз.

1. Мимические и пантомимические этюды. На данном этапе занятия происходит выразительное изображение отдельных эмоциональных состояний, связанных с переживанием телесного и психического удовольствия и недовольства. Модели выражения основных эмоций (радость, удивление, интерес, гнев и др.). Ученик знакомится с элементами выразительных движений: мимикой, жестом, позой, той или иной походкой.

2. Этюды и игры на выражение отдельных черт характера и эмоций. На этой фазе происходит закрепление и расширение уже полученных детьми ранее сведений, относящихся к их социальной компетентности.

3. Этюды и игры, имеющие психотерапевтическую направленность на определенного ребенка или на группу в целом. Корректируется настроение и отдельные черты характера ребенка.

4. Психомышечная тренировка. Снимается психоэмоциональное напряжение, внушается желательное настроение, поведение и черты характера. Между 3 и 4 фазами вставлены этюды на развитие внимания, памяти, подвижные игры.

Каждый этюд повторяется несколько раз.

Занятия проводятся 2 раз в неделю. В год 68 часов. Время проведения — 30-40 минут. Форма проведения - индивидуальная.

Методические приемы, используемые на занятиях:

- ✓ беседы;
- ✓ подвижные игры, игры в круге;
- ✓ релаксационные упражнения;
- ✓ рисование, стендовая аппликация;
- ✓ психогимнастические этюды;
- ✓ активное слушание музыкальных произведений.

Планируемый результат:

- снижение эмоционального напряжения;
- снижение уровня тревожности;
- создание положительного эмоционального настроения и атмосферы «безопасности»;
- обучение приемам ауторелаксации;
- освоение учащимися адекватных форм поведения;
- эмоциональное осознание своего поведения;
- развитие коммуникативных способностей.

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол.ч.	Контроль
1.	Диагностика	1	
2.	Развитие навыков общения	10	
3.	Коррекция моторики и графо моторных навыков	10	
4.	Обучение приемам ауторелаксации, приемы снижения эмоционального и мышечного напряжения	4	
5.	Развитие тактильных ощущений	2	
6.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление, воображение, речь)	16	
7.	Формирование адекватных форм поведения	6	
8.	Снятие страхов, воспитание уверенности в себе	4	
9.	Восприятие эмоций человека	10	
10.	Восприятие пространства	4	
11.	Итоговая диагностика	1	
	Итого	68	

Содержание программы

Тема	Содержание деятельности	Кол.ч.
Диагностика	Входящая диагностика учащегося	1
Развитие навыков общения.	Проигрывание ситуаций Вежливый ребенок», «Кого мы называем вежливым», «Злодей», «Не смей!», «Впереди всех», Рисование на тему проигранных ситуаций. «Я и другие» и т.д.	10
Коррекция моторики и графо моторных навыков	Общеразвивающие подвижные игры. Целенаправленность выполнения действий и движений по инструкции педагога (броски в цель, ходьба по "дорожке следов"). Развитие точности движений. Развитие умения контролировать сменяемость действий. Развитие ловкости движений. Развитие устойчивости. Согласованность действий и движений разных частей тела (повороты и броски, наклоны и повороты). Развитие слуховой и тактильной координации. Развитие координации движений кисти рук и пальцев. Пальчиковая гимнастика. Изучение штриховальных линий. Развитие координации движений руки и глаза (нанизывание бус, завязывание	10

	узелков). Рисование, штриховка, обводка, по трафарету. Соединение линий по точкам. Контурная аппликация из пластилина и кусочков цветной бумаги. Развитие моторной координации. Упражнения с массажными мячами.	
Обучение приемам ауторелаксации, приемы снижения эмоционального и мышечного напряжения	Знакомство с элементами приёмов правильного диафрагмального дыхания. Тренировка правильного дыхания. Этапы правильного дыхания "Вдох - Выдох". Практическое освоение этапов дыхания. Выполнение дыхательных упражнений. Знакомство с приёмами релаксации. Тренировка навыка расслабления и напряжения. Этапы релаксации. Практическое освоение этапов Выполнение упражнений на расслабление частей тела. Медитативные сказки	4
Развитие тактильных ощущений.	Определение на ощупь предметов, величины предметов из разного материала, с разными свойствами (мягкие, жесткие, гладкие, шершавые). Определение на ощупь формы плоскостных предметов по контуру. Работа с пластилином и глиной (твердое и мягкое состояние). Игры с мозаикой.	2
Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление, воображение, речь)	Упражнения на развитие процессов памяти мышления, внимания, воображения и речи	16
Формирование адекватных форм поведения.	Этюды «Поссорились и помирились», «Мирная считалка», разыгрывание ситуаций, «Розовое слово» «Привет» «Утро», «Радость», «Я все люблю», «Шарик». Рисование на тему проведенных этюдов.	6
Снятие страхов, воспитание уверенности в себе.	«Наши страхи», «Расскажи свой страх», «Музыкальная мозаика». Рисование на тему «Нарисуй свой страх» «Я больше не боюсь» «Смелые ребята», «В темной норе», «На лесной поляне», «Тень», «Слепой и поводырь»	4
Восприятие эмоций человека	Знакомство с эмоциональным миром человека. Радость. Страх/испуг. Грусть/печаль. Гнев. Спокойствие. Злость. Удивление. Интерес.	10
Восприятие пространства	Ориентировка на собственном теле: дифференциация правой (левой) руки (ноги), правой (левой) части тела.	4

	<p>Определение расположения предметов в пространстве (справа - слева, помещении по инструкции педагога.</p> <p>Ориентировка в линейном ряду заданном направлении в пространстве (вперед, назад, т.д.). Ориентировка в выше - ниже и др.).</p> <p>Пространственная ориентировка на листе бумаги (центр, верх, низ, правая (левая) сторона); расположение геометрических фигур по речевой инструкции, перемещение их на плоскости листа. Составление на листе бумаги комбинаций из полосок, геометрических фигур.</p>	
Итоговая диагностика	диагностика на конец года	1

Планируемый результат

Эффективность занятий определяется по следующим показателям:

- ✓ адаптация учащихся в условиях учреждения;
- ✓ стабилизация эмоционального состояния;
- ✓ развитие организованности, дисциплины;
- ✓ развитие умения конструктивного взаимодействия со сверстниками;
- ✓ снижение уровня тревожности;
- ✓ развитие активного словаря.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ целенаправленно выполнять действия по инструкции педагога;
- ✓ анализировать и сравнивать предметы по одному из указанных признаков (форма, величина, цвет);
- ✓ классифицировать предметы по одному признаку;
- ✓ ориентироваться на плоскости листа бумаги и на собственном теле;
- ✓ знать элементы 2-х фазного дыхания и стараться выполнять по команде педагога;
- ✓ распознавать основные эмоции;
- ✓ выполнять несложные графические работы под диктовку педагога;
- ✓ осуществлять коммуникативные действия с детьми и взрослыми (вступать в диалог, играть в игры).

Календарно-тематический план занятий

№	Тема	Кол.ч.	Дата	Коррекция
1.	Диагностика	1		
2.	Развитие навыков общения	1		
3.	Развитие навыков общения	1		
4.	Развитие навыков общения	1		

5.	Развитие навыков общения	1		
6.	Развитие навыков общения	1		
7.	Развитие навыков общения	1		
8.	Развитие навыков общения	1		
9.	Развитие навыков общения	1		
10.	Развитие навыков общения	1		
11.	Развитие навыков общения	1		
12.	Коррекция моторики и графо моторных	1		
13.	Коррекция моторики и графо моторных	1		
14.	Коррекция моторики и графо моторных	1		
15.	Коррекция моторики и графо моторных	1		
16.	Коррекция моторики и графо моторных	1		
17.	Коррекция моторики и графо моторных	1		
18.	Коррекция моторики и графо моторных навыков	1		
19.	Коррекция моторики и графо моторных навыков	1		
20.	Коррекция моторики и графо моторных навыков	1		
21.	Коррекция моторики и графо моторных навыков	1		
22.	Обучение приемам ауторелаксации, приемы снижения эмоционального и мышечного напряжения	1		
23.	Обучение приемам ауторелаксации, приемы снижения эмоционального и мышечного напряжения	1		
24.	Обучение приемам ауторелаксации, приемы снижения эмоционального и мышечного напряжения	1		
25.	Обучение приемам ауторелаксации, приемы снижения эмоционального и мышечного напряжения	1		
26.	Развитие тактильных ощущений	1		
27.	Развитие тактильных ощущений	1		
28.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		
29.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		
30.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		
31.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		
32.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		
33.	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		

34	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
35	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
36	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
37	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
38	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
39	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
40	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
41	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление,	1		
42	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
43	Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление.	1		
44	Формирование адекватных форм поведения	1		
45	Формирование адекватных форм поведения	1		
46	Формирование адекватных форм поведения	1		
47	Формирование адекватных форм поведения	1		
48	Формирование адекватных форм поведения	1		
49	Формирование адекватных форм поведения	1		
50	Снятие страхов, воспитание уверенности в	1		
51	Снятие страхов, воспитание уверенности в	1		
52	Снятие страхов, воспитание уверенности в	1		
53	Снятие страхов, воспитание уверенности в	1		
54	Восприятие эмоций человека	1		
55	Восприятие эмоций человека	1		
56	Восприятие эмоций человека	1		
57	Восприятие эмоций человека	1		
58	Восприятие эмоций человека	1		
59	Восприятие эмоций человека	1		
60	Восприятие эмоций человека	1		
61	Восприятие эмоций человека	1		
62	Восприятие эмоций человека	1		
63	Восприятие эмоций человека	1		
64	Восприятие пространства	1		
65	Восприятие пространства	1		
66	Восприятие пространства	1		
67	Восприятие пространства	1		
68	Итоговая диагностика	1		

Материально-техническое обеспечение

Сенсорная комната:

- ✓ Тактильная дорожка из 7-ми составных частей
- ✓ Набор тактильных ячеек
- ✓ Световой модуль с песком для рисования
- ✓ Сухой бассейн
- ✓ Мячи массажные:
- ✓ Мяч-антистресс
- ✓ Массажный коврик «Морские ракушки»
- ✓ Мат гимнастический

Список литературы

1. Чистякова М. И. Психогимнастика. — М.: Просвещение, Владос, 2012
2. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. — Ярославль, 2014
3. Гришина Г. Любимые детские игры. — М.: Творческий центр «Сфера», 2014
4. Санрига Г. Лошарик. — М.: Детская литература, 2012
5. Титарь А. И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате, -М.-2012
6. Коркунов В. В. Цикл занятий по психогимнастике. Составлен на основе программы под редакцией,- Екатеринбург, 2014