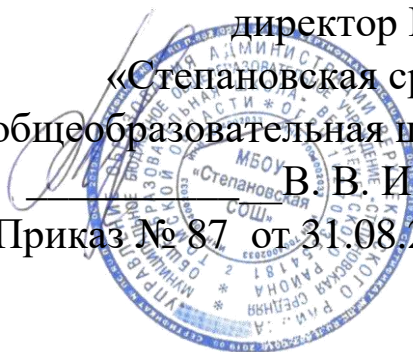


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Степановская средняя общеобразовательная школа»  
Верхнекетского района Томской области

УТВЕРЖДАЮ  
директор МБОУ  
«Степановская средняя  
общеобразовательная школа»  
В. В. Исакова  
Приказ № 87 от 31.08.2020 г.



**Рабочая программа**  
**групповых занятий по развитию эмоционально волевой**  
**сферы и познавательной деятельности детей с ограниченными**  
**возможностями здоровья (1-3 классы)**

Программу реализует педагог-психолог  
Мамаева Н.А.

2020 г.

## **Пояснительная записка**

Социальная адаптация является основополагающим моментом при работе с детьми с ограниченными особенностями здоровья ведь большинство из них - это дети из социально неблагополучных или мало обеспеченных семей. Эти дети имеют заниженную самооценку, недостаточно высокий уровень интеллектуального развития. Все это, вместе с вышеуказанными факторами, формирует у детей неуверенность в себе, своих силах, своем будущем. Поэтому основная задача школы, и особенно школьного психолога - помочь детям обрести уверенность в себе, в своих силах, показать возможности достижения желаемого.

Одна из причин уверенности в себе кроется в умении общаться с другими людьми. Именно поэтому большая часть программы акцентирована именно на умении общаться со сверстниками, родителями, учителями, знакомыми и незнакомыми людьми.

**Используя программу при работе с детьми с ограниченными особенностями здоровья, следует учитывать особенности:**

- 1) Каждый момент занятия следует подробно объяснить, при необходимости несколько раз;
- 2) Атмосфера занятия должна быть очень доброжелательной, ребенок должен прочувствовать ситуацию успеха;
- 3) Любой успех ребенка обязательно оценивается и поощряется (желательно не только психологом, но и членами группы);
- 4) В случае, если дети не могут выполнить задания сами, психолог активно включается в ход задания сам, объясняет или показывает суть задания на личном примере;

**Цель:** формирование уверенности в себе и в успешном поведении, приобретение практических навыков в общении, развитие эмоционально - волевой сферы. Условия проведения: занятия проводятся 4 раза в неделю; - длительность одного занятия – 30 минут; количество участников 5-10 человек.

### **Задачи коррекционной программы включает в себя:**

- 1) первичное диагностическое обследование уровня сформированности и особенностей эмоциональной сферы детей;
- 2) направленное коррекционное воздействие с целью оптимизации нарушенных эмоциональных реакций и состояний детей;
- 3) рекомендации родителям по осуществлению коррекционно–воспитательных воздействий на детей;
- 4) заключительное психодиагностическое обследование для определения эффекта коррекционного воздействия.

Для определения результативности коррекционного воздействия психодиагностическое обследование необходимо осуществлять непосредственно до и после проведения программы.

### **Содержание программы**

#### **Диагностика:**

- Методика «Домики» в ситуации, актуализирующей представление о себе; в ситуации общения;

### **Тематическое планирование**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата план</b>	<b>Дата факт</b>
1	Диагностика	2		
2	«Что сначала, что потом»	2		
3	Занятие с элементами арт – терапии «Мои чувства» Рисование красками.	2		
4	«Знакомство со страной чувств. Страх».	2		

5	Снятие эмоциональной напряженности Игра «Пожалуйста»	3		
6	Снятие эмоциональной напряженности Беседа о вежливости и грубости «Волшебное слово»	2		
7	Снятие эмоциональной напряженности Упражнение «Наши эмоции»,	4		
8	Снятие эмоциональной напряженности Упражнение «Нравится - не нравится»	3		
9	Снятие эмоциональной напряженности Упражнение «Продолжи предложение»	3		
10	Снятие эмоциональной напряженности Упражнение «Сбрось усталость»,	3		
11	Снятие эмоциональной напряженности этюд «Слушаем себя».	2		
12	Путешествие в страну чувств	2		
13	Как видит себя ребенок в окружающем мире	3		
14	Умею ли я слушать другого человека.	3		
15	Хочу сказать приятное другому человеку.	2		
16	Роли, которые играют люди.	2		
17	Игра «Где мне сесть?»	2		
18	Создать возможность, чтобы ребенок мог задуматься о природе человеческой привлекательности и симпатии.	2		
19	Формирование у детей умений и навыков неконфликтных реакций.	2		

20	Познакомить детей с тем, как важно испытывать сочувствие к другим людям. Снятие страха. Процедура игры. Игра состоит из 2 этюдов.	4		
21	Игра "Кляксы"	2		
22	Игра "Сочини историю"	2		
23	Упражнение «Упрямые барашки»	2		
24	Развитие понимания, чувствования настроения собеседника	2		
25	Развитие анализа и самоанализа	2		
26	Упражнение «Упрямые барашки»	2		
27	Игра "Школа"	2		
28	Заключительное занятие	2		
29	Диагностика	2		
Итого:		68 часов		

**Коррекционно - развивающие занятия для младших школьников с ограниченными возможностями здоровья**

**Занятие 1**

**Путешествие в страну чувств**

**Цель:** Развитие и гармонизация эмоциональной сферы.

**Задачи:**

Ознакомление детей с основными эмоциональными состояниями.

Обучение основам самоанализа, развитие саморегуляции.

Сплочение группы.

**Сказка**

Далеко-далеко за морями-океанами есть сказочная страна чувств. Ее хозяйка— Королева. У Королевы есть слуги-чувства: Мера, Радость, Удовольствие, Злость, Страх, Грусть, Удивление, Вина и Обида. Все слуги-чувства живут в своих дворцовых покоях и посещают Королеву.

Однажды Королева отправилась в далекую страну, чтобы навестить свою подругу. А слуги-чувства расселились по разным дворцам, и каждый хотел быть главным. Поэтому в каждом дворце проходила своя жизнь.

Из дворца Радости все время был слышен веселый смех. Все слуги-чувства бегали по дворцовым покоем, хлопали в ладоши, играли в салочки, танцевали.

В другом дворце шли настоящие сражения. Все слуги-чувства ходили хмурые, в их глазах горели злые огоньки. Они то и дело пытались подставить друг другу подножку, укусить, ущипнуть или закидать помидорами. А перед заходом солнца все слуги-чувства этого дворца собирались в одном большом покое и колотили друг друга подушками. Поэтому все вокруг было в перьях. И каждый день они только и думали о том, как устроить большое сражение со всеми слугами-чувствами. Это был дворец Злости.

Один дворец выглядел пустынным, казалось, все жители покинули его навсегда. Но вдруг показался один житель. Он быстро бежал, и все время оглядывался вокруг. Казалось, что он от кого-то убегал. Едва этот житель заметил другого, как оба широко открыли глаза и рот, и казалось, они вот-вот закричат. Жители резко повернулись и убежали друг от друга. Да, это был дворец Страха.

А во дворце Грусти придворные слуги то и дело грустили: по белым снежинкам, по ароматной землянике, по съеденному мороженому и еще много-много о чем. Тоска зеленая, да и только!

Во дворце Удовольствия изо дня в день слуги-чувства лежали на мягких пушистых ковриках и нежились в лучах солнца. Их глаза были закрыты, подбородок расслаблен, руки и ноги казались ватными.

Во дворце Удивления слуги-чувства не переставали удивляться всему подряд: какая яркая луна на небе, почему в соседнем королевстве все жители маленького роста?! Они разводили руками, широко открывали глаза, поднимали брови и округляли рот.

Еще в одном дворце слуги-чувства хмурились и плакали от обиды. От этого у них стали опухать глаза, нос, губы. Они ни с кем не играли, не разговаривали, только и делали, что сменяли мокрые от слез платочки на сухие. Это был дворец Вины и Обиды.

И так день за днем проходила жизнь сказочной страны. Казалось, здесь никогда не будет порядка. Все слуги-чувства забыли про Мэру. Жители сказочных дворцов так устали только радоваться, злиться, грустить, удивляться, бояться и обижаться, что стали терять силы. Тогда Мэра

послала письмо Королеве, чтобы она срочно возвращалась в свое королевство.

Когда Королева вернулась, в стране воцарился прежний порядок. Потому что Королева знала секрет, как вернуть всем слугам-чувствам их важное качество — Мэру. С тех пор Королева не оставляет своих слуг-чувств без контроля.

Обсуждение сказки.

## **Занятие 2.**

### **Как видит себя ребенок в окружающем мире.**

*Цель:* дать возможность ребенку с помощью вербальных и невербальных приемов объяснить окружающим свое понимание себя в окружающем его мире.

*Стимульный материал:* цветные карандаши, фломастеры, большие листы ватмана, маленькие призы.

*Порядок проведения.* Детям предлагается выбрать образ сказочного героя, с которым бы они могли себя сравнить, или представить себя сказочным героем, который им больше всего нравится.

Затем каждому ребенку дают возможность объяснить, почему он выбрал именно этого сказочного персонажа и что в нем больше всего привлекает.

После этого каждому ребенку предлагается нарисовать свой образ сказочного персонажа на карточке и потом эту карточку приколоть к одежде. С детьми договариваются, что при общении с другими людьми они будут вести себя как их герой.

В заключительной части детям предлагается объяснить, что именно привлекло их в манере общения того или иного сказочного персонажа.

## **Занятие 3.**

### **Умею ли я слушать другого человека.**

*Цель:* формирование положительных эмоциональных реакций ребенка в отношениях с другими людьми.

*Стимульный материал:* музыкальные фрагменты с записями спокойной и агрессивной музыки.

*Порядок проведения:* детям рассказывается сказка о том, как жили—были в одной стране разные сказочные герои (те герои, которых выбрали сами дети), а потом каждому ребенку дается возможность рассказать, как жили, что делали, как общались между собой сказочные герои. После этого специалист, включая фрагменты с записями агрессивной музыки, обращает внимание детей на негативные формы общения. После этого вместе с детьми необходимо сделать вывод о том, как важно уметь внимательно слушать другого человека, а также ободрить положительное эмоциональное реагирование детей.

#### **Занятие 4.**

##### **Хочу сказать приятное другому человеку.**

*Цель:* формирование эмпатических реакций ребенка.

*Порядок проведения:* задание состоит в том, чтобы сказочные персонажи, по очереди входя в помещение, сначала похвалили других, а потом и себя. По ходу выполнения задания психолог обращает внимание на ту похвалу, которая вызвала положительные реакции окружающих. Затем он просит рассказать о том, что чувствовали дети, когда их хвалили, и что больше им понравилось: слушать похвалу в свой адрес или самому хвалить другого.

В заключение психолог дает задание детям похвалить своих родственников, друзей, знакомых и даже незнакомых людей.

#### **Занятие 5.**

##### **Роли, которые играют люди.**

*Цель:* формирование навыков эмоционально стабильных реакций детей в ситуациях отсутствия предварительного опыта.

*Стимульный материал:* разные атрибуты – шапочка доктора, указка учителя, кисточка художника и т.д.

*Порядок проведения.* Детям предлагается сначала определить роли сказочных героев. Согласно выбранным ролям строится ситуация общения, после чего дети должны объяснить, как изменилось их эмоциональное состояние и поведение.

Вторая часть занятия включает в себя моделирование ситуаций, в которых сказочные герои действуют как профессионалы, используя соответствующие атрибуты. После этого дети должны объяснить, как изменились их эмоциональное состояние и поведение.

#### **Занятие 6.**

##### **Где мне сидеть?**

*Цель:* сформировать у детей представления о зависимости эмоциональных реакций от ситуаций общения.

*Порядок проведения.* На открытом пространстве детям предлагается приблизиться друг к другу на максимально удобное для общения расстояние. Психолог следит за тем, как дети осуществляют этот процесс, и затем просит их объяснить, почему они выбрали такое расстояние. После этого он предлагает детям удалиться друг от друга и общаться с этого расстояния, а потом объяснить, что они при этом испытывают и что изменилось. Выбрав, наиболее комфортное пространственное размещение, дети должны объяснить, какое эмоциональное состояние они испытывают на различных дистанциях общения.

#### **Занятие 7.**

*Цель:* создать возможность, чтобы ребенок мог задуматься о природе человеческой привлекательности и симпатии.



*Стимульный материал:* изображения человеческих лиц.

*Порядок проведения.* Психолог показывает детям изображения разных людей и просит отметить те, которые им более всего понравились. Затем выбирают те портреты, которые понравились большинству или всем, и просит объяснить, почему именно эти портреты привлекли внимание детей. Дети описывают свои эмоциональные реакции, возникающие при просмотре тех или иных изображений.

В следующем упражнении детям предлагается объяснить смысл поговорки: «Не все то золото, что блестит». В результате занятия психолог подводит детей к пониманию того, что не только внешняя привлекательность, но и внутренние достоинства человека позволяют нам признать его красоту.

### **Занятие 8.**

*Цель:* формирование у детей умений и навыков неконфликтных реакций.

*Порядок проведения.* В ходе занятия разыгрываются ситуации, в которых сказочные персонажи должны участвовать в решении спорных вопросов и проблем. Сначала сказочным персонажам предлагают самостоятельно разрешить эти вопросы, а затем психолог предлагает решение этих проблем с использованием приемов неконфликтного реагирования.

В заключение занятия детей просят объяснить, какие способы реагирования привели к положительному решению ситуации и почему.

### **Занятие 9.**

*Цель:* познакомить детей с тем, как важно испытывать сочувствие к другим людям.

*Порядок проведения.* В начале занятия конструируется сказочная ситуация, в которой персонажи помогают одному из них справиться со сложным положением, причем его дети выбирают сами. Затем психолог просит объяснить каждого ребенка, что он чувствовал, когда помогал другому, и в итоге подводит всех к выводу о том, что помощь может вызывать радостные чувства и у того человека, который ее оказывает.

### **Занятие 10.**

#### ***Упражнение «Пальчики-мордашки».***

Упражнение проводится два раза в неделю: в понедельник – для позитивного настроения на рабочую неделю и в пятницу – для коррекции негативного восприятия событий, которые могли произойти за неделю. В конце недели все проводится по той же схеме.

### **Занятие 11.**

#### **Игра "Школа"**

*Цель игры:* снятие страха, ускорение адаптации к школе. Процедура игры. Игра состоит из 2 этюдов.

1 этюд - "Школа для животных" (20-25 мин.).

Из общего числа детей отбираются те дети, которые боятся школы. Каждый ребёнок по желанию выбирает для себя роль какого-либо животного (трясущегося от страха зайца, агрессивного тигра). "Животные" рассаживаются за парты, входит "учитель" (ведущий) и начинает урок. "Животные" ведут себя в соответствии со своей ролью.

Если у детей есть страх не перед школой, а перед учителем, то один из детей играет учителя: "Здравствуйте, звери! Кто выучил домашнее задание?"

2 этюд - "Школа для людей" (20-25 мин.).

Если в первом этюде допускались различные звериные ситуации, то во втором школа представлена как нечто светлое, возвышенное, доброе. Проводится урок рисования. Дети рисуют сюжет "ШКОЛА". Один из детей выполняет роль учителя. Можно модифицировать урок рисования. "Учитель" рисует на доске какую-либо фигуру (круг, квадрат). Дети перерисовывают эту фигуру, "учитель" обязательно хвалит тех, у кого получается хороший рисунок.

**Занятие 12.**

### **Игра "Кляксы"**

*Цель игры:* снятие агрессии и страхов, развитие воображения.

Процедура игры: подготовлены жёсткие листы бумаги, жидкая краска.

Детям предлагается взять на кисточку немного краски того цвета, который им хочется, плеснуть "кляксу" на лист и сложить его вдвое так, чтобы "клякса" отпечаталась на второй половине листа. Затем лист развернуть и постараться понять, на кого или на что похожа "клякса". Агрессивные или подавленные дети выбирают краску тёмных цветов. Они видят в "кляксах" агрессивные сюжеты (драку, страшное чудовище). Через обсуждение страшного рисунка агрессия ребёнка выходит во вне, тем самым он освобождается от нее. К агрессивному ребёнку полезно посадить спокойного ребёнка. Последний будет брать для рисунков светлые краски и будет видеть приятные вещи (бабочек, сказочные букеты). Посредством общения со спокойным ребёнком на предмет интерпретации "кляксы" агрессивный ребёнок успокаивается. Замечания к игре:

Дети, предрасположенные к гневу, выбирают преимущественно чёрную или красную краску.

Дети с пониженным настроением выбирают лиловые и сиреневые тона.

Серые и коричневые - выбирают детьми напряжёнными, конфликтными, расторможенными (ребёнок нуждается в успокоении).

Возможны такие ситуации, когда дети выбирают цвета, не придерживаясь связи между цветом и психическим состоянием.

**Занятие 13.**

### **Игра "Сочини историю"**

*Цель игры:* снятие страхов.

Процедура игры: из группы детей выбирается ребёнок, который сочиняет историю, другие дети - "зрители". Ребёнок рассказывает историю. Затем её продолжает ведущий, который вводит в повествование более "здоровые" и гармоничные способы адаптации и разрешения конфликтов, нежели те, которые изложил ребёнок. Затем предлагается продолжить историю ребёнка, потом опять ведущий и т. д.

#### **Занятие 14.**

##### **Упрямые барашки**

Для этой игры нужно два и больше участника. Дети разбиваются на пары. Ведущий (взрослый) говорит: «Утром рано два барана повстречались на мосту». Дети широко расставляют ноги, наклоняются вперед и упираются лбами и ладонями друг в друга. Задача игрока — устоять на месте, при этом заставив соперника сдвинуться с места. При этом можно блеять, как барашки.

Эта игра позволяет направить энергию ребенка в нужное русло, выплеснуть агрессию и снять мышечное и эмоциональное напряжение. Но ведущий должен обязательно следить, чтобы «барашки» не переусердствовали и не навредили друг другу.

#### **ШКОЛА УЛЫБОК**

Цель: развитие эмпатии, навыков культурного общения.

Вводная беседа:

- Когда люди улыбаются?
- Какие бывают улыбки?
- Попробуйте их показать.

Дети пробуют улыбнуться сдержанно, хитро, искренне...

- Нарисуйте улыбающегося человека.
- Улыбающийся человек, какой он?

#### **Занятие 15.**

##### **«ОБЩЕЕ НАСТРОЕНИЕ»**

Цель: развитие понимания, чувствования настроения собеседника.

**1 этап:** Объявляется конкурс на лучшее изображение радости, страха, гнева, горя (в дальнейшем набор эмоций можно расширить). Настроение изображается с помощью мимики и жестов. Затем, когда выражение эмоции найдено, ведущий просит придумать и издать звук, ассоциирующийся у каждого ребенка с этим состоянием. Если задание выполняется с трудом, то можно связать его с ситуацией из конкретного жизненного опыта детей: "Вспомни себя, когда ты радовался, когда у тебя произошло какое-то неприятное событие и т.д."

Если дети начинают копировать движения друг у друга, то задание можно проделать с закрытыми глазами и открывать их только тогда, когда выражение нужного состояния будет найдено.

**2 этап:** Работа в парах. Отбираются несколько базовых эмоций, например, испуг, удивление, радость, горе. Дети стоят спиной друг к другу, на счет раз-два-три показывают одно и то же состояние не сговариваясь. Важно как можно лучше научиться чувствовать друг друга. Удачно, когда выбор состояния в паре совпадают 2-3 раза подряд.

**3 этап:** Разрабатывается единый; всеобщий знак для изображения основных эмоций, например, страха, горя, радости...

На этом этапе важна работа по обсуждению видимых признаков, выражающих определенное состояние.

### **«Я ХОРОШИЙ - Я ПЛОХОЙ»**

Цель: развитие рефлексии и самоанализа.

Детям предлагается нарисовать рисунок, автопортрет, на котором должны быть нарисованы как их хорошие, так и плохие качества. Если дети затрудняются, то можно поговорить с ними о том, какие качества они считают плохими, а какие хорошими и почему. Как можно нарисовать плохое качество, а как хорошее? Какого они могут быть цвета и какой формы?

### **Занятие 16.**

#### **«ПОРТРЕТ САМОГО ЛУЧШЕГО ДРУГА»**

Цель: развитие анализа и самоанализа.

Детям дается задание нарисовать портрет своего самого лучшего друга. Затем проводится беседа:

- Кого ты считаешь своим самым хорошим, самым лучшим другом? Какими качествами обладает этот человек? Хотите ли вы, чтобы вас считали хорошим другом? Что для этого надо делать, как себя вести?

В ходе общего обсуждения формулируются правила радостного общения, которые рисуют в доступной для детей схематичной форме или же записывают их на листе ватмана печатными буквами (если дети уже умеют читать). Например:

- Помогай друзьям.
- Делись с ними, учись играть и заниматься вместе.
- Останови друга, если он делает что-то плохое. Скажи ему, если он в чем-то не прав.
- Не ссорься, не спорь по пустякам; играй со всеми дружно.
- Не завидуй.
- Если поступил плохо, не бойся признаться в этом, извинись.
- Спокойно принимай советы и помощь других ребят.
- Не радуйся, когда кто-то проигрывает. Если можешь, помоги ему.
- Если проиграл сам, не срывай злость на других, может быть, ты выиграешь в следующий раз

#### **ЭТЮД НА РАЗЛИЧНЫЕ ПОЗИЦИИ В ОБЩЕНИИ**

Цель: прочувствование различных позиций в общении.

Детям дается задание разбиться на пары. Общение в парах проходит в диалоговом режиме. Для общения предлагаются интересные и актуальные для детей темы: "Мое любимое животное", "Мой самый радостный день в прошлом месяце" и пр. Сначала ситуация общения организуется, когда оба ребенка сидят лицом друг к другу, затем один ребенок сидит на стуле, а другой стоит около своего стула (дети меняются местами), затем дети, сидя на стуле спиной друг к другу, продолжают разговор. После у детей спрашивают о впечатлении, настроении, возникшем в процессе общения. Как больше понравилось общаться? Почему?

### **«РУКИ ЗНАКОМЯТСЯ. РУКИ ССОРЯТСЯ. РУКИ МИРЯТСЯ»**

Цель: соотнесение человека и его тактильного образа, снятие телесных барьеров; развитие умения выражать свои чувства и понимать чувства другого через прикосновение.

Упражнение выполняется в парах с закрытыми глазами, дети сидят напротив друг друга на расстоянии вытянутой руки. Взрослый дает задания (каждое задание выполняется 2-3 минуты): - Закройте глаза, протяните навстречу друг другу руки, познакомьтесь одними руками. Постарайтесь получше узнать своего соседа. Опустите руки»

- Снова вытяните руки вперед, найдите руки соседа. Ваши руки ссорятся. Опустите руки.

- Ваши руки снова ищут друг друга. Они хотят помириться. Ваши руки мирятся, они просят прощения, вы расстаетесь друзьями.

Обсудите, как проходило упражнение, какие чувства возникали в ходе упражнения, что понравилось больше?

### **Список литературы**

1. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. М.: "Ось-89", 2002.
2. Выготский Л.С. Развитие личности и мировоззрение ребенка. В хр. Психология личности. Том 2-Самара: "БАХРАХ", 1999.
3. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков - М.: "Соц. здоровье России", 1999
4. Ильин. Е.П. Психология воли.- СПб.:Питер, 2002
5. Рычкова Н.А. Дезадаптивное поведение детей: Диагностика, коррекция, психопрофилактика.
6. Учебно-практическое пособие. - М.: "Издательство ГНОМ и Д", 2000.
7. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. - М., 1995.

8. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. - М.: ТЦ Сфера, 2003

9. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. - М.: Апрель Пресс, Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

Резвых Т.П. / \_\_\_\_\_ /

«31» августа 2020 года

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета

МБОУ «Степановская СОШ»

Протокол № 1 от «31» августа 2020 г.