

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Школа № 5 г. Черемхово»**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
МОУ Школа № 5 г. Черемхово
Протокол № 2 от “4” сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ Школа № 5 г.
Черемхово
Приказ № 320 от “5” сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающего курса
«Тропинка к своему «Я»»
(начальное общее образование)

г. Черемхово, 2023

Пояснительная записка

1. Актуальность, назначение программы

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями обучающихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Программа коррекционно-развивающего курса направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Цель курса: повышение психологической культуры младших школьников, формирование установки на преодоление школьных трудностей, сохранение психологического здоровья младших школьников.

Задачи:

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
- Развивать навыки произвольного внимания и восприятия, обучить приемам образного и логического запоминания, обучить приемам аналитико-синтетической деятельности.
- Познакомить с приемами целеполагания и планирования деятельности;
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
- Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- Расширять пассивный и активный словарь обучающихся, формировать связную и последовательную речь.

2. Варианты реализации программы и формы проведения занятий

Программа «Тропинка к своему «Я»» предназначена для учащихся 4 классов, обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе для детей с задержкой психического развития. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Общая продолжительность курса 34 часа.

Специфика курса заключается в том, что данная программа реализуется с помощью различных методов: лекции; дискуссии; ролевые игры; анализ конкретных ситуаций; психотренинг; психодиагностические процедуры.

Для обучающихся с ЗПР, осваивающих АООП ООО, характерны следующие специфические образовательные потребности:

- потребность в адаптации и дифференцированном подходе к отбору содержания программного материала учебных предметов с учетом особых

образовательных потребностей и возможностей обучающихся с ЗПР на уровне основного общего образования;

- включение коррекционно-развивающего компонента в процесс обучения при реализации образовательных программ основного общего образования с учетом преемственности уровней начального и основного общего образования;
- развитие и коррекция приемов мыслительной деятельности и логических действий, составляющих основу логических мыслительных операций, расширение метапредметных способов учебно-познавательной деятельности, обеспечивающих процесс освоения программного материала;
- применение специальных методов и приемов, средств обучения с учетом особенностей усвоения обучающимся с ЗПР системы знаний, умений, навыков, компетенций (использование «пошаговости» при предъявлении учебного материала, при решении практико-ориентированных задач и жизненных ситуаций; применение алгоритмов, дополнительной визуальной поддержки, опорных схем при решении учебно-познавательных задач и работе с учебной информацией; разносторонняя проработка учебного материала, закрепление навыков и компетенций применительно к различным жизненным ситуациям; увеличение доли практико-ориентированного материала, связанного с жизненным опытом подростка; разнообразие и вариативность предъявления и объяснения учебного материала при трудностях усвоения и переработки информации и т.д.);
- организация образовательного пространства, рабочего места, временной организации образовательной среды с учетом психофизических особенностей и возможностей обучающегося с ЗПР (индивидуальное проектирование образовательной среды с учетом повышенной истощаемости и быстрой утомляемости в процессе интеллектуальной деятельности, сниженной работоспособности, сниженной произвольной

- регуляции, неустойчивости произвольного внимания, сниженного объема памяти и пониженной точности воспроизведения);
- специальная помощь в развитии осознанной саморегуляции деятельности и поведения, в осознании возникающих трудностей в коммуникативных ситуациях, использовании приемов эмоциональной саморегуляции, в побуждении запрашивать помощь взрослого в затруднительных социальных ситуациях; целенаправленное развитие социального взаимодействия обучающихся с ЗПР;
 - учет функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с ЗПР (замедленного темпа переработки информации, пониженного общего тонуса, склонности к аффективной дезорганизации деятельности, «органической» деконцентрации внимания и др.);
 - стимулирование к осознанию и осмыслению, упорядочиванию усваиваемых на уроках знаний и умений, к применению усвоенных компетенций в повседневной жизни; формирование читательской культуры;
 - применение специального подхода к оценке образовательных достижений (личностных, метапредметных и предметных) с учетом психофизических особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР; использование специального инструментария оценивания достижений и выявления трудностей усвоения образовательной программы.

3. Взаимосвязь с программой воспитания

Программа коррекционно-развивающего курса разработана с учетом рекомендаций программы воспитания МОУ Школа №5 г. Черемхово.

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС: ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и

общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

Содержание учебного курса

Раздел 1. Я школьник. Мои мечты

Я – четвероклассник. Кого можно назвать фантазером. Я умею фантазировать. Мои сны. Я умею сочинять. Мои мечты. Фантазии и ложь.

Раздел 2. Я и моя школа

Я и моя школа. Что такое лень? Я и мой учитель. Как справляться с «Немогучками».

Раздел 3. Я и мои родители

Я и мои родители. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают своих детей?

Раздел 4. Я и мои друзья

Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношениях с друзьями. Ссора и драка.

Раздел 5. Что такое сотрудничество?

Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого и как можно этому научиться. Я умею договариваться с людьми. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа?

Раздел 5. Кто Я? Мои силы, мои возможности

Кто Я? Какой я - большой или маленький? Из каких маленьких частичек я состою. Я – человек! Я – житель планеты Земля. Мои способности. Что я умею и чем горжусь? Мой выбор, мой путь. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. От нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Кого я могу впустить в свой внутренний мир. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Что значит верить? Человек, который

свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 6. Я расту, я изменяюсь

Моё детство. Я расту, я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти здоровым человеком! Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно?

Планируемые результаты освоения учебного курса

Личностные результаты

- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,
- умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
- формирование самооценки - осознание своих возможностей в учении, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- организовывать свое рабочее место
- принимать и сохранять учебную задачу
- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- определять план выполнения заданий внеурочной деятельности, жизненных ситуациях под руководством учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- учиться наблюдать;
- умение структурировать знания;
- моделировать (преобразовывать объект из чувственной формы в пространственно-графическую или знаково-символическую модель) ситуацию с помощью учителя;
- сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие;
- группировать предметы, объекты на основе существенных признаков;
- самостоятельное формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера;

- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками – определять цели, функций участников, способы взаимодействия;
- учиться работать в паре и в группе, управлять поведением партнера – оценивать, контролировать и корректировать действия партнера;
- выполнять различные роли;
- слушать и понимать речь других ребят;
- уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников;
- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;
- задавать вопросы, проявляя инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешать конфликты, выявлять проблемы, находить и оценивать альтернативные способы разрешения конфликта, реализация принятого решения.

Тематическое планирование

№	Наименование разделов и тем	Количество академических часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Форма проведения занятий

1	Я – четвероклассник	1	http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx http://www.psycheya.ru http://scitylibrary.h11.ru/Librar http://carpowww.narod.ru/ http://psylib.kiev.ua. http://psybrest.iatp.by/bra http://psy.1september.ru/ us.htm	Игра, упражнения
2	Кого можно назвать фантазером. Я умею фантазировать	1		Игра, упражнения, работа со сказкой
3	Мои сны	1		Игра, упражнения
4	Я умею сочинять	1		Игра, упражнения
5	Мои мечты	1		Игра, упражнения, работа со сказкой
6	Фантазии и ложь	1		Игра, упражнения
7	Я и моя школа.	1		Игра, упражнения
8	Что такое лень?	1		Игра, упражнения
9	Я и мой учитель.	1		Игра, упражнения
10	Как справиться с «Немогучками».	1		Игра, упражнения
11	Я и мои родители.	1		Игра, упражнения
12	Я и мои родители.	1		Игра, упражнения
13	Я умею просить прощения.	1		Игра, упражнения
14	Я умею просить прощения.	1		Игра, упражнения, работа со сказкой

15	Почему родители наказывают своих детей?	1		Игра, упражнения, работа со сказкой
16	Настоящий друг. Умею ли я дружить?	1		Игра, упражнения
17	Трудности в отношениях с друзьями	1		Игра, упражнения
18	Ссора и драка.	1		Игра, упражнения
19	Что такое сотрудничество?	1		Игра, упражнения
20	Я умею понимать другого.	1		Игра, упражнения, работа со сказкой
21	Я умею договариваться с людьми.	1		Игра, упражнения, работа со сказкой
22	Мы умеем действовать сообща.	1		Игра, упражнения
23	Что такое коллективная работа?	1		Игра, упражнения
24	Кто Я?	1		Игра, упражнения
25	Какой Я - большой или маленький?	1		Игра, упражнения
26	Мои способности.	1		Игра,

				упражнения, работа со сказкой	
27	Мой выбор, мой путь.	1		Игра, упражнения	
28	Мой внутренний мир.	1		Игра, упражнения	
29	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1		Игра, упражнения	
30	Кого я могу впустить в свой внутренний мир.	1		Игра, упражнения	
31	Что значит верить?	1		Игра, упражнения, работа со сказкой	
32	Я расту, я изменяюсь.	1		Игра, упражнения	
33	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	1		https://youtu.be/Bz-L57Qn9Qo	Игра, упражнения
34	Хочу вырасти здоровым человеком!	1		Игра, упражнения	
ИТОГО:		34 часа			