****

**Рабочая программа**

**Психологический практикум**

1. **2 кл.**

**2017-18 уч.г.**

Составитель: Сухова – Оболонская М.В., педагог психолог.

**Пояснительная записка**

Программа составлена на основе ФГОС УО (приказ от 19 декабря 2014 г. n 1599

об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта

образования обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями) и на основе адаптированной программы для детей с умственной отсталостью (ФГОС УО)

## Понятие умственно отсталый ребенок включает в себя разнородную массу детей, которых объединяет наличие повреждений мозга, имеющего диффузный, т.е. широко распространенный («разлитый» характер). Морфологические изменения, хотя и с неодинаковой интенсивностью, захватывают многие участки коры головного мозга, нарушая их строение и функции. Таким образом, обучающиеся имеющие умственную отсталость, характеризуются стойкими нарушениями всей психической деятельности, особенно отчетливо обнаруживающимися в сфере познавательных процессов.

## Адаптация - это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию. Адаптированный ребенок - это ребенок, приспособленный к полноценному развитию своего личностного, физического, интеллектуального и других потенциалов в данной среде.

## Особого внимания заслуживает как адаптация первоклассников к условиям школы-интерната, так и развитие познавательных процессов. Таким образом данная программа является инструментом решения проблемы адаптации первоклассников в школе, и коррекционной работы направленной на развитие мышления, сенсорного развития, развитие общей и мелкой моторики, развитие свойств памяти и внимания

**Цель программы:**Создание условий, позволяющих ребенку успешно адаптироваться к школе, а также комплексное развитие восприятия, внимания, памяти, логического мышления, общей координации, координации тонких движений.

**Основные задачи:**

* формировать учебную мотивацию у детей;
* способствовать снижению тревожности у детей в период адаптации в школе;
* обучить способам регуляции эмоционального состояния;
* развивать восприятие, внимание, память;
* развивать наглядно-образное, наглядно-действенное мышление;
* развивать коммуникативные умения;
* воспитывать ощущение собственной ценности.

**Основные принципы работы с детьми на занятии.**

* Принцип приоритетности интересов обучающегося предполагает создание атмосферы уважительного и доброжелательного отношения к каждому ребенку. Проявление эмпатии и веры в ребенка.
* Принцип системности предполагает обеспечение единства всех элементов коррекционно-воспитательной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.
* Принцип непрерывности предполагает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения школьника с учетом изменений в их личности.
* Принцип вариативности предполагает обеспечение максимального проявления возможностей каждого ребенка.
* Принцип самоценности каждого возраста, предполагающий, полноту реализации возможностей проживаемого ребенком возраста, а также опору на достижение предыдущего этапа развития, создающее предпосылки для успешного перехода ребенка на следующую социальную ступень развития.

**Результаты диагностического периода.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровни  Ф.И. | Физиологический | Познавательный | Эмоциональный | Социально-психологический | Поведенческий |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Вывод.** По результатам диагностического периода с обучающимися первого класса необходимо спланировать коррекционно–развивающую работу по следующим направлениям:

1. Коррекция познавательной сферы средством включения в игровую ситуацию дидактической игры, направленной на развитие познавательных процессов (высших психических функций).
2. Коррекция эмоционально волевой сферы средством включения в занятия упражнений, направленных на развитие базовых эмоций и чувств.

Индивидуальная работа: с обучающимся \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ по коррекции эмоционально-поведенческих нарушений посредством дидактических игр.

1. Формирование социально значимых навыков и умений в социально-психологическом аспекте:

* Уметь слушать учителя;
* Уметь адекватно воспринимать помощь педагога;
* Выполнять инструкции, требования педагогов
* Уметь работать в коллективе сверстников.

Индивидуальная работа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ по преодолению замкнутости, неуверенности.

1. Коррекция поведения средством включения в занятия групповых и индивидуальных форм обсуждения негативных моделей поведения сверстников, персонажей; включение ритуала приветствия, прощания.

Индивидуальная работа: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ – коррекция межличностных отношений в системе «ученик – ученик», «ученик – учитель»

**Основные этапы работы:**

1 этап: Психодиагностическое обследование учащихся. Проводится с целью определения готовности к школьному обучению, уровня тревожности и общей самооценки, уровня развития восприятия, внимания, памяти.

2 этап: Групповая и индивидуальная работа. На этом этапе осуществляется реализация намеченной программы

3 этап: Аналитический этап. На данном этапе оценивается результативность занятий.

**Основные методы работы с младшими школьниками**

**Игровой метод.**

Игра - не только удовольствие и радость для ребенка, что уже само по себе важно. В игре реализуются важные жизненные потребности в познании, общении, преобразовании окружающей среды. Ребенок учится действовать в реальной и в воображаемой ситуации, учиться опираться как на действия, так и на внутренние мотивы. В игре он усваивает новые социальные роли, формирует морально-нравственные ценности, осознает смысл своих и чужих действий, переживаний, проблем. В целом игра - это способ подготовки детей к жизни, психолого-педагогическое средство их развития и воспитания.

**Психогимнастика**

Чаще всего используется как разминка, подготовка к работе. Психогимнастика помогает ребенку освободится от эмоциональной напряженности, скованности, стеснительности и перейти к следующему этапу занятия.

**Релаксационные методы**

Используется как снятие психомышечного напряжения, через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышц тела, а также использование дыхательных техник.

**Эмоционально-символические методы.**

1. Групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха,  
   печали, интереса...
2. Использование рисования на определенные темы.

**Планируемый результат**: благоприятное течение социально-психологической адаптации обучающихся 1 класса к школе,

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;

- удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов

- установление контакта с обучающимися, с учителем;

- удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем;

- развитие восприятия;

- развитие внимания;

- развитие памяти;

- овладение навыками учебной деятельности;

- степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому.

**Материально-техническое обеспечение**

* Комплексная методика психомоторной коррекции / Под ред А.В. Семенович. – М.:МГПУ,1998.
* Методика определения свойств нервной системы по психомоторным показателям (Теппинг-тест)
* Запоминание 10 слов по А.Р. Лурия;
* Исследование зрительной памяти;
* Корректурная проба;
* Таблицы Шульте;
* Узнавание реалистических изображений;
* Узнавание перечеркнутых изображений;
* Узнавание наложенных изображений;
* Узнавание недорисованных изображений;
* Сюжетное изображение нелепицы;
* Подбор парных аналогий;
* Подбор простых аналогий;
* Понимание сюжетной картины;
* Складывание разрезных картинок;
* Понимание временных последовательностей и интервалов времени
* Информационно-коммуникационные технологии; технические средства обучения (персональный компьютер, интерактивная доска, магнитофон);
* Программа курса коррекционных занятий «Развитие психомоторных и сенсорных процессов» для уч-ся 1-4 кл. специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Авт.: Э.А. Удалова, Л.А. Метиева
* С.В. Коноваленко Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. Практикум по развитию познавательной деятельности (для детей олигофренов). – М.: «Изд. ГНОМ и Д», 2002 – 64 с.- (В помощь психологу)

**Разделы программы**

**I Раздел. «Это гордое слово - первоклассник»**

***Цели:***

1. Помощь детям в осознании позиции ученика.
2. Знакомство детей со школьными правилами и их практическим  
   применением.
3. Развитие у детей интереса к общению друг с другом.
4. Развитие высших психических функций.

**II Раздел. «Я и люди вокруг меня»**

***Цели:***

1. Осознание ценности, уникальности собственного «Я» и «Я» каждого  
   человека.
2. Развитие чувства принадлежности к группе, групповой сплоченности.
3. Развитие навыков позитивного поведения и отношения к сверстникам.
4. Развитие восприятия.

**III Раздел. «Мои первые трудности »**

***Цели.***

1. Формирование адекватной установки в отношении преодоления трудностей, с которыми ребенок встречается в школе.
2. Развитие волевых усилий для преодоления трудностей

**IV Раздел. «Мой мир эмоций и чувств»**

***Цели.***

1. Знакомство детей с основными базовыми эмоциями и чувствами.
2. Обучение умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других  
   людей.
3. Развитие умения сдерживать негативные эмоции.

**Ход работы занятия.**

**1. Приветствие -** способствует выяснению психологического самочувствия детей и установлению эмоционально-позитивного контакта общения.

**2. Разминка -** включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышает уровень активности в процессе занятия.

**3. Основной -** включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач программы.

**4. «Ритуал прощания» -** способствует отрефлексированию состояния и чувства «здесь и сейчас»

**Тематический план**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Кол-во** |
|  | **часов** |
| **I Раздел. «Это гордое слово - первоклассник»** | 10ч. |
| Знакомство | 2ч. |
| Я и моя школа. | 2ч. |
| Я в школе. | 2ч. |
| Школьные правила | 2ч. |
| Учебный день школьника. | 2ч. |
| **II Раздел. "Я и люди вокруг меня"** | 6 ч. |
| Я и мои друзья. | 2ч. |
| Умею ли я дружить? | 2ч. |
| Умение договариваться. | 2ч. |
| **III Раздел. "Мои первые трудности".** | 9ч. |
| Школьные трудности и радости. | 5ч. |
| Мое домашнее задание. | 4ч. |
| **IV Раздел. "Мой мир эмоций и чувств"** | 33ч. |
| Почему я радуюсь? Почему я злюсь? Почему я удивляюсь? Почему я боюсь? | 2ч. |
|  |  |
| Радуга эмоций и чувств. | 2ч. |
| Эти разные эмоции и чувства. | 2ч. |
| Знакомство с чувством страха. | 2ч. |
| Как справиться со страхом. | 2ч. |
| Горькое чувство - обида. | 2ч. |
| С каким чувством дружит гнев? | 2ч. |
| Приятное чувство - радость. | 2ч. |
| Поделись радостью с другим, и она к тебе не раз еще | 2ч. |
| вернется. | 2ч. |
| Чувствоведы. | 3ч. |
| Обследование детей | 5 час |
| **ВСЕГО** | 66 ч. |

**Список литературы**

1. М.М.Безруких «Ребенок идет в школу», Москва. 1996г. - 236с.
2. Л.И.Божович «Проблемы формирования личности», Москва - Воронеж,  
   1995г.-352с.
3. В.В.Ветрова «Уроки психологического здоровья», Москва, 2000г. – 190 с.
4. И.В.Дубровина «Психология», Москва, 1999г. — 460 с.
5. Дорис Вольф, Рольф Меркле «Как понимать чувства и справляться с проблемами», Новосибирск, 2000г. - 130с.
6. Н.В.Клюева, Ю.В.Касаткина «Учим детей общению», Ярославль, 1997г.-233с.
7. С.В. Коноваленко. «Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. Практикум по развитию познавательной деятельности (для детей – олигофренов). –М. «Издательство ГНОМ и Д». 2002 – 64 с. – (в помощь психологу).
8. И.Ю.Кулагина «Возрастная психология», Москва, 1998г. - 176с.
9. И.Никольская, Г.Бардиев «Уроки психологии в начальной школе»,  
   Петербург, 1998г. - 75с.
10. Л.Ф.Обухова «Детская психология: теории, факты, проблемы», Москва, 1995г.-340с.
11. «Практическая психология образования» (под ред. И.В.Дубровиной, Москва, 2000г. - 530с.)
12. «Психическое здоровье детей и подростков» (под ред. И.В.Дубровиной, Екатеринбург, 2000г. - 170с.)
13. «Природа ребенка в зеркале автобиографии» (под ред. Б.М.Бим - Бада, О.Е. Клшелевой, Москва, 1998г. - 425с.)
14. Л.Н.Рожина «Развитие эмоционального мира личности», Минск, 1999г. -256с.
15. Л.К.Рахлевская «Педагогическая антропология» (человековедение в системе непрерывного образования), Томск, 1997г. - 158с.
16. О.В.Хухлаева «Тропинка к своему я», Москва, 2001г. - 179с.