

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
Астраханской области для обучающихся, воспитанников с
ограниченными возможностями здоровья

«Общеобразовательная школа-интернат № 5»

Рассмотрено на заседании методического объединения учителей
начальных классов, протокол № 1 от 22.08.22 г.

Согласовано:



Зам. директора по УВР
А. А. Вострикова

Утверждено:

Директор
В. В. Скрипвиченко

Рабочая программа

**«Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы»
для учащихся 5-7 классов
на 2022-2023 учебный год**

Составитель:
педагог-психолог первой категории
Цветкова А.В.

Астрахань – 2022

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа предназначена для проведения коррекционно-развивающих занятий с учащимися старших классов в системе психологической помощи детям с трудностями в эмоционально-волевой сфере.

Все мы хорошо знаем, что развитие ребёнка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются “индикатором” состояния ребёнка, с другой - сами существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений.

Эмоции представляют собой один из наиболее внешне обнаруживающихся феноменов внутренней жизни ребенка. По сравнению с остальными сторонами личности, эмоции умственно отсталых детей наименее изучены.

У таких детей эмоция и воля более примитивны, чем у нормально развивающихся детей. Однако это не говорит о том, что они вовсе лишены их, и такие эмоции как тревога или страх так же присущи им. Безусловно, появление данных эмоций отрицательно влияет как на развитие детей в норме, так и на развитие детей с умственной отсталостью. Между тем в коррекционно-воспитательной работе с такими детьми учет эмоционального компонента очень важен.

У детей с умственной отсталостью эмоционально-волевая сфера имеет свои специфические особенности:

- недоразвитие потребностной и мотивационной сферы (преобладают биологические потребности, нет потребностей в социальном, личностном развитии, неразвита учебная мотивация);
- недостаточная дифференциация чувств и эмоций (бедность чувств, распознают только полярные эмоции, не понимают сложных эмоций, не могут распознать эмоциональное состояние по мимике и жестам, затрудняются в определении эмоций даже на картинках, переживания примитивны);
- неадекватность, неустойчивость, лабильность эмоций, импульсивные реакции на внешние впечатления;
- недостаточно развита воля и произвольность (отсутствует самоконтроль, не могут противостоять воле другого человека, безынициативны);
- неадекватная самооценка (подвергается колебаниям из-за разницы в оценке окружающих); - низкий уровень притязаний (зависит от уровня доступности той или иной деятельности).

Все эти особенности приводят к незрелости личностной сферы и нуждаются в коррекции. В связи с этим возникла необходимость разработки программы по развитию эмоционально-волевой сферы для детей с умственной отсталостью. Включение в занятия психогимнастических упражнений способствует обогащению эмоционального опыта, гармонизирует эмоциональную и нравственную сферу, актуализирует “зону ближайшего развития” личности.

Лишь в процессе коррекционно-развивающих занятий возможно постепенное формирование способности осознавать и контролировать свои переживания, понимать эмоциональное состояние других людей, развивать произвольность поведения, чувства становятся более устойчивыми и глубокими.

Целью программы является развитие у умственно отсталых детей способности к эмоциональной регуляции собственного поведения, формирование психических новообразований и личностного роста ребёнка, развитие познавательных возможностей.

Основные **задачи** коррекционно-развивающей программы:

- сохранить естественные механизмы развития ребёнка, сделать всё для того, чтобы предотвратить всякое возможное их искажение и торможение;
- сопровождать и будить ростки самостоятельности у ребёнка, стараясь не управлять им, не обязывать его, не ограничивать его фантазию, не подавлять, а направлять;
- развивать навыки социального поведения;
- способствовать повышению уверенности в себе;
- формировать чувство принадлежности к группе;
- научить выражать своё отношение к другим людям;
- развивать любознательность, наблюдательность;
- развитие эмоциональной произвольности, регуляции поведенческих реакций;
- обучение конструктивным способам управления собственным поведением и формам общения.

Приоритетные направления в воспитательной работе на коррекционно-развивающих занятиях

1. Патриотического воспитания:

1.1. Осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе,

2. Гражданского воспитания:

2.1. Готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

2.2. Активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны; – неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

2.3. Представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

2.4. Готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;

3. Духовно-нравственного воспитания:

3.1. Ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

3.2. Готовность оценивать своё поведение, в том числе речевое, и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

4. Эстетического воспитания:

4.1. Восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;

5. Ценности научного познания:

5.1. Ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с социальной средой;

5.3. Овладение основными навыками исследовательской деятельности с учётом специфики школьного языкового образования; установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

6. Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

6.1. Осознание ценности жизни;

6.2. Ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

6.3. Осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

6.4. Соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет-среде в процессе школьного образования;

6.6. Умение принимать себя и других, не осуждая;

6.7. Умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать адекватные языковые средства для выражения своего состояния;

6.8. Сформированность навыков рефлексии;

6.9. Признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;

7. Трудового воспитания:

7.1. Установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности,

7.2. Способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

7.4. Уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

7.5. Осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

Особенности организации учебного процесса.

Материал каждого занятия рассчитан на 20 минут. Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов.

В системе заданий реализован принцип «спирали», то есть возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности. Задачи по каждой из тем могут быть включены в любые занятия другой темы в качестве закрепления. Изучаемые темы повторяются в следующем учебном году, но даются с усложнением материала и решаемых задач.

Форма оценивания знаний учащихся – без отметочная.

Сроки реализации программы: 1 учебный год.

Программа рассчитана на 34 часа

Формы контроля: диагностика, наблюдение, беседа.

Формы работы: индивидуальная/групповая

Личностные результаты освоения коррекционно-развивающего курса

- повышение уровня представлений о различных эмоциях, умение понимать и выражать собственные чувства;
- снижение психоэмоционального напряжения;
- повышение активности и самостоятельности детей с умственной отсталостью.

В ходе реализации данной программы ребенок приобретает следующие навыки и умения:

- умение выразительно изображать отдельные эмоциональные состояния, связанные с переживанием психологического удовольствия и неудовольствия;
- навыки самоконтроля, перевода агрессивных реакций в социально приемлемые формы;
- умение управлять своим настроением и поведением в определенных ситуациях;
- умение снятия психоэмоционального напряжения;
- навыки совместной деятельности, закрепление конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций;
- навыки эмпатии;
- умение адекватно оценивать собственное поведение и поведение других людей;
- навыки эффективного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- навыки саморегуляции;
- умение передавать собственное эмоциональное состояние с помощью художественных средств;
- навыки рефлексии.

Материально-техническое обеспечение курса

- **«Набор для аутистов»** - развитие коммуникативных навыков, причинно-следственных связей, хватательных рефлексов. Способствует активизации памяти, внимания, мышления., **который включает в себя:**

Игра «Крестики-нолики» - игра способствует развитию координации движений и внимания, а также логического мышления;

Настенный коммуникатор - даёт возможность коммуникации детям с задержкой речевого развития в течение всего дня. Коммуникатор предназначен для выражения повседневных желаний (например, «Я голоден!», «Мне нужно в ванную комнату» и т.д.);

Утяжелённый коврик - позволяет ребенку чувствовать себя в положении сидя более уверенно. Данная подушка дает возможность ребенку удобно сидеть в течение длительного периода;

Сенсомоторная труба - данная игра разработана для развития хватательных рефлексов, изучения причинно-следственных связей. Просто поднимите трубу и

держите в вертикальном положении. Вы сразу почувствуете расслабляющую вибрацию, увидите мерцание огоньков, а также услышите легкую музыку;

Подушка с вибрацией - стимулирует осязательное восприятие, оказывает расслабляющее действие;

Массажёр - массажер с настройкой режима вибрации и мягкой щёткой-насадкой на эргономичной рукоятке. В комплект входит специальная отвертка, с помощью которой можно регулировать интенсивность вибрации массажера;

Говорящий фотоальбом - создайте свою говорящую книгу-коммуникатор с Вашими любимыми фотографиями, изображениями, рисунками. В альбоме 20 страниц. Максимальная продолжительность записи для каждой страницы – 10 секунд.

- **Фланелеграф** – для создания сюжетных картин (времена года, кто где живёт и т. д.)

- предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить: **кольца, шары, бусины;**

- **Звуковые цилиндры с наполнителем по методике Монтессори**) -для развития слухового внимания, сенсорной дезинтиграции, памяти.

- **Интеллектуальные игры Б.П. Никитина «Кубики для всех»** - развитие пространственного мышления, образное мышление, глазомер, мелкую моторику.

- **Сундучок «Социальные истории»** - развитие понимания «социальных ролей». Развитие познавательной деятельности: памяти, внимания, логики, навыков систематизации, образного мышления. Знакомство с явлениями окружающего мира. Знакомство с эмоциями. Развитие творческого и ассоциативного мышления; воображения.

- предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра);

- вставления (стаканчики одинаковой величины);

- наборы предметов для занятий: **бруски, цилиндры с наполнителем и т.д по методике Монтессори** - развитие мелкой моторики, изучение объёма, цвета, звука, фактуры.

- пазлы (из 2-х, 3-х, 4-х частей (до 10));

- мозаики, матрешки, стаканчики и т.д.

- предметы различной формы, величины, цвета;

- оборудования, позволяющего выполнять упражнения на сортировку, группировку различных предметов, их соотнесения по определенным признакам (**тактильные панели, доски-вкладыши и т.д.**)-развитие мышления, внимания, памяти, моторики и т.д.

- **Сенсорный ящик** - при проведении игр тренируется память, развивается навык соотнесения информации, полученной через разные сенсорные системы, сличение признаков разной модальности (дифференцировка, обобщение). С его помощью можно формировать осязательные представления о материалах, фактуре, о тяжести и форме предметов.

Использование дидактического набора «Сенсорный ящик» позволяет создать оптимальный фон для проявления природной латерализации. Развиваются навыки коммуникации и игрового взаимодействия

- **Световой стол для рисования песком с кнопками**-оказывает релаксационный эффект, стимулирует умственную деятельность-логику, ассоциативную мышление, память, обогащает сенсорный опыт.

- **Настенное пано «Живая вода»** - для релаксации и снятия психоэмоционального напряжения, развития воображения.

- **Настенный ковёр «Звёздное небо»** - для релаксации и снятия психоэмоционального напряжения.

- **Кровать-трансформер** - удобное кресло с изгибами, повторяющими форму тела, позволяет принять комфортную для расслабления позу, отдохнуть и спокойно понаблюдать за происходящим вокруг.

- **Проектор «Жар-птица»** - стимуляции тактильно-визуальных ощущений, пространственных представлений и ориентировок, развития восприятия, воображения, внимания, а также снижения уровня психо - эмоционального и мышечного напряжения.

- **Зеркальный шар** - можно использовать для расширения словарного запаса. Игра «Скажи «какой?». Цель игры: активизация глагольного словаря, развитие общей моторики.

- **Светильник «Пламя»** - для удержания внимания на одном действии. Обучение концентрации внимания. Развитие воображения. Снятие психоэмоционального напряжения.

- **Тактильная панель** - развитие логического мышления, соотнесение предметов по определенным признакам, развитие мелкой моторики, гармоничное развитие слуха, зрения, осязания.

В работе, используется оборудование, полученное в рамках Федерального национального проекта «Образование»:

- **Бизидом** - для развития мелкой моторики, внимания, изучения форм, цветов, фактуры. Удержание внимания на одном действии. Обучение концентрации внимания. Бизидом-это целый комплекс полезных игр на усидчивость, внимательность, умение концентрироваться; это развитие логики и мозговой активности. С помощью этой развивающей игры ребёнок учится нажимать, открывать, крутить, включать, застёгивать. Развивает сообразительность; цветовосприятие.

- **Конструктор «Строитель»**- развитие пространственного мышления, образное мышление, глазомер, мелкую моторику.

- **Игра «Цвет, форма, размер - You Toy»**-развитие логического мышления, памяти, внимания, развитие речи, развитие умения ориентироваться в пространстве.

- **Фиброоптический душ** - (для сенсорной комнаты)- способствует эмоциональному расслаблению; психологическому комфорту и мотивирует на дальнейшую работу; способствует активизации кинестетических ощущений; развивает воображение, познавательные процессы.

- **Воздушно-пузырьковая трубка** - развивает зрительное восприятие; способствует концентрации внимания, плавного прослеживания и зрительно-моторной координации; способствует развитию тактильных ощущений.

- **Набор шумовых русских народных инструментов** - для развития слухового восприятия; сенсорной дезинтеграции.

- **Набор колокольчиков** - для развития слухового восприятия; сенсорной дезинтеграции.

- **Маты с цветным наполнителем гелем** - улучшает концентрацию внимания, оказывают успокаивающее воздействие.

- **Мягкие пуфы «Фрукты»**

- **Многоуровневый игровой ковёр** - в процессе взаимодействия с ним у детей формируются представления об объектах окружающего мира и их свойствах: цвете, форме, количестве.

Игры и занятия с применением полифункциональных модульных наборов позволяют развивать координационные и сенсорно-перцептивные способности целенаправленные движения детей.

- **Панно «Бесконечность»** - предназначено для релаксации, зрительной стимуляции, развития пространственного восприятия. Панно состоит из множества светящихся огоньков, образующих удивительный эффект бесконечного тоннеля, от которого ребёнку будет не оторваться.

- **Пуфики-кресла с гранулами (3 шт)** - позволяет снять излишнюю напряженность, успокоиться, принять удобную для наблюдения позу. Поверхность пуфика способствует тактильной стимуляции соприкасающихся с ним частей тела. Легкие пенополистерольные гранулы оказывают мягкое приятное воздействие и способствуют лучшему расслаблению за счет легкого точечного массажа. Кроме того, воздушное пространство между гранулами обеспечивает вентиляцию и сухое тепло.

- **Панно «Звездное небо»** - панно и ковер «Звездное небо» – важная составляющая интерактивной среды темной сенсорной комнаты. При взаимодействии с панно у ребенка возникает ощущение, будто бы он дотрагивается рукою до звезд. Панно и ковер находят применение в развивающей и коррекционной работе для стимуляции тактильно-визуальных ощущений, пространственных представлений и ориентировок, развития восприятия, воображения, внимания, а также снижения уровня психо - эмоционального и мышечного напряжения.

Занятия проходят с использованием сенсорной комнаты.

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№	Тема занятия	Цель	Кол-во часов
1.	Диагностика эмоциональной сферы.	Исследовать развитие эмоциональной сферы.	2
2.	Диагностика познавательных процессов.	Изучить уровень развития.	2
3.	Зачем нужно знать себя?	Формирование умения осознавать отношение к себе, собственной внешности, своим особенностям и способностям.	2
4.	Развитие у учащегося представлений об индивидуальности	Формирование своего «Я» и окружающих.	2
5.	Формирование умения оценивать свой внешний вид.	Формирование прилежности, опрятности.	2
	Я и мои способности.	Способствовать осознанию своих проблем,	

6.		попыток их решений и преодолению трудностей.	2
7.	Мои достоинства и недостатки.	Самоанализ собственных достоинств и недостатков. Формирование представлений о своих возможностях.	2
8.	Развитие положительной самооценки.	Развитие навыков оценки своих действий.	2
9.	Развитие коммуникативных навыков.	Формирование навыков социального взаимодействия и эффективного общения.	2
10.	Я и мои друзья.	Совершенствование навыков общения. Развитие способности принимать друг друга. Развитие умения использовать тактильный контакт, как способ выражения симпатии друг другу.	3
11.	Комплименты.	Развитие умения сказать комплимент собеседнику; принятие себя.	2
12.	Сотрудничество.	Развивать чувство принадлежности к группе. Формирование умения доводить начатое дело до конца.	2
13.	Я умею договариваться с людьми.	Формирование адекватных эмоциональных реакций в ходе совместной деятельности. Формирование умения управлять своим эмоциональным состоянием в ходе совместного взаимодействия. Воспитание уважения в ходе совместной деятельности.	4
14.	Развитие навыка самоконтроля.	Развитие навыка контроля над собой и своими действиями в школе на перемене, в столовой, в окружении людей. Обучение навыкам релаксации, психогимнастики, диафрагмальному дыханию.	3
15.	Диагностическое обследование.	Итоговая диагностика ЭВС.	2

Всего: 34 часа

Календарно-тематическое планирование

6 класс

№	Тема занятия	Цель	Кол-во часов
1.	Диагностика эмоциональной сферы.	Исследовать развитие эмоциональной сферы.	2
2.	Диагностика познавательных процессов.	Изучить уровень развития.	2
3.	Знакомство с эмоциями: радость	Знакомство с эмоцией «радость». Развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умение выражать это словами. Развитие чувства эмпатии.	2
4.	Знакомство с эмоциями: горе	Знакомство с эмоцией «горе». Развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами. Развитие чувства эмпатии.	2
5.	Знакомство с эмоциями: гнев	Знакомство с эмоцией «гнев». Развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это	2
6.	Знакомство с эмоциями: страх	Знакомство с чувством страха, изучение выражения эмоциональных состояний в мимике.	2
7.	Знакомство с эмоциями: удивление	Знакомство с эмоцией «удивление». Развитие понимания эмоционального состояния и поступков другого человека и умения выражать это словами. Развитие чувства эмпатии.	2
8.	Знакомство с эмоциями: грусть и обида	Знакомство с чувством обиды и действиями, связанными с ним. Формировать адекватную оценку негативных поступков, связанных с проявлением чувства обиды. Познакомить со способами управления негативными эмоциями; выражать негативные чувства в безопасной форме.	2
9.	Знакомство с эмоциями: вина и стыд.	Знакомство с чувством самодовольства, вины и стыда. Развитие эмпатии, коллективизма. Развитие волевой регуляции поведения.	2

		Знакомство со способами релаксации для снятия напряжения.	
10.	Знакомство с эмоциями: отвращение и брезгливость.	Знакомство с чувством отвращения брезгливости. Развитие эмпатии, коллективизма.	2
11.	Знакомство с эмоциями: удовольствие.	Знакомство с чувством удовольствия. Развитие эмпатии, коллективизма.	2
12.	Знакомство с эмоциями: самодовольство, хвастовство.	Знакомство с чувством самодовольства. Развитие эмпатии, коллективизма.	2
13.	Какие эмоции испытывают окружающие?	Развить умение реагировать на эмоциональные состояния окружающих.	2
14.	Эмоции людей и их поведение.	Развивать у учащихся чувства сопереживания, умения оказать поддержку. Развивать навыки оказания вербальной и невербальной поддержки.	2
15.	Развитие самоконтроля.	Развитие навыка контроля над собой и своими действиями.	2
16.	Тревожность.	Обучение навыкам снятия психоэмоционального напряжения.	2
17.	Диагностическое обследование.	Итоговая диагностика ЭВС	2

Всего: 34 часа

Календарно-тематическое планирование

7класс

№	Тема	Цель	Кол-во часов
1.	Диагностика ЭВС.	Исследовать развитие эмоциональной сферы.	2
2.	Диагностика познавательного развития.	Изучить уровень развития.	2
3.	Самоанализ: Кто Я? Какой	Формирование своего «Я»; представлений о	2

	Я?	себе и своих возможностях.	
4.	Я и мы. Личность. Группа. Коллектив.	Расширение знаний о понятии «личность». Формирование навыка понимать и принимать других людей. Научить видеть положительные качества у других людей.	2
5.	Культура эмоций. С чего она начинается?	Познакомить детей с понятием «эмоциональный этикет». Правила поведения в обществе.	4
6.	Что такое чувства?	Познакомить учащихся с понятием «чувства». Расширить знания об основных видах чувств.	2
7.	Расширение знаний о различных эмоциях	Сформировать умение ориентироваться в эмоциях других людей	2
8.	Мы и мир радости	Развитие умения радоваться вместе с друзьями, правильно понимать и проявлять радость.	2
9.	Мы и мир грусти	Формирование умения понимать эмоциональное состояние «Грусть». Научить передавать состояние с помощью выразительных средств.	2
10.	Мы и мир злости	Расширить знания об экспрессивном выражении злости. Научить узнавать злость на различных изображениях. Воспитывать культуру взаимоотношений с окружающими.	2
11.	Развитие выразительности мимики	Совершенствовать умение проигрывать различные эмоциональные состояния.	2
12.	Агрессия.	Развитие способности осознавать и контролировать свои переживания, понимать своё эмоциональное состояние и состояние окружающих.	2
13.	Развитие самоконтроля	Развитие навыка контроля над собой и своими действиями в школе на перемене, в столовой, в окружении людей	2
14.	Я хозяин своих переживаний.	Обучение навыкам снятия психоэмоционального напряжения (психогимнастика, релаксация, дыхание)	4
15.	Диагностическое обследование	Итоговая диагностика ЭВС	2

Всего: 34 часа

Учебно-методическое обеспечение:

1. А.В. Микляева программа коррекционных занятий «Я подросток». Санкт - Петербург: Издательство РЕЧЬ, 2014 г.
2. Гущина Т.Н. Игровые технологии по формированию социальных навыков у подростков: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2008.
3. Детская и подростковая агрессивность: профилактика и коррекция. / Материалы МОУ Центр «Развитие» г.Вологды. – Вологда, 2010.
4. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы. – Ростов н/Д.: Феникс, 2008.
5. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.В.Дубровина, А. Д. Андреева, Е.Е.Данилова, Т. В. Вохмянина; Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 2008.
6. Психокоррекционная работа со старшеклассниками: тренинги / авт.-сост. О.Н. Рудякова. – Волгоград: Учитель, 2008.
7. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психологические упражнения и коррекционные программы. – М., 2003.