


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 9»


Рассмотрена
на заседании
методического совета

Протокол № 1

От «31» августа 2018 г. 

Заседание МО

Протокол №1

От «31» августа 2018 г. 

Утверждена

приказ по школе № 52/02-од

от «31» августа 2018 г.

Директор школы  Бубнова Л.Д.



**Программа
индивидуальных занятий для детей с ЗПР в
основной школе
8-9 класс**

Педагог-психолог Завьялова Е. В.

г. Переславль - Залесский

2018-2019 гг.

Пояснительная записка

Образование должно готовить ребенка к полноценному вхождению в реальное современное общество с его быстрыми темпами развития и противоречивыми тенденциями. Это требует не только информированности, наличия знаний, а скорее умения самостоятельно ориентироваться в информации, принимать решение, сформированности ценностно-смысловых установок, наличия жизненных планов. Успешность личностного и профессионального самоопределения тесно связана с общим развитием личности.

В МОУ СШ № 9 в 8-9 классах обучаются дети с ЗПР. Поэтому проблема интеллектуального развития и их профессионального самоопределения актуальна.

Интеллектуальную сферу таких детей характеризует относительная бедность представлений и понятий. В связи с этим, мышление, опирающееся у ребенка в основном на чувственный опыт. Результативность интеллектуальной деятельности снижена.

При исследовании особенностей развития познавательной сферы детей с ОВЗ выявлены следующие проблемы:

- отсутствие интереса к занятиям продуктивной деятельностью
- отсутствие социально направленной инициативы
- познавательный интерес не выражен
- мотивационный компонент познавательной деятельности не сформирован
- не сформирована, или сформирована частично роль ученика

Эти учащиеся характеризуются эмоциональной неустойчивостью, наличием импульсивных реакций, неадекватной самооценкой.

К указанным особенностям добавляется необходимость профессионального самоопределения, ведь обучающиеся 8-9 классов должны быть готовы к полноценному вхождению во взрослую жизнь. Это требует не только информированности, наличия знаний, а скорее умения самостоятельно ориентироваться в информации, принимать решение, сформированности ценностно-смысловых установок, наличия жизненных планов.

Цель программы: способствовать формированию у школьников с ЗПР психологической готовности к выбору, профессиональному и личностному самоопределению.

Задачи:

1. Развитие рефлексивных умений, в частности умения осмысливать свою жизненную ситуацию как ситуацию выбора.
2. Развитие умения постулировать возможные действия в ситуации выбора, преодолевать мыслительные стереотипы.
3. Развитие умения осознавать свои мотивы и ценности, анализировать их связь с отношением к альтернативам в ситуации выбора.
4. Развитие умения преодолевать эмоциональные барьеры на этапе принятия решения и его реализации.

Программа рассчитана на 17 часов. Занятия проводятся один раз в неделю в течение одного учебного часа.

Методы и формы проведения занятий многообразны: психодиагностика, информирование, анализ трудностей и барьеров коммуникативного поведения, когнитивная репетиция, экспертная оценка, психогимнастика, элементы аутогенной тренировки, ролевая и имитационная игры психодраматические техники. Приемы направлены на развитие интеллектуальных способностей и познавательной активности подростков, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Реализация содержания программы предполагает последовательное прохождение этапов, включающих расширение способов организации усвоения учебного материала и развитие и укрепление эмоционально-регуляторных возможностей учащихся в ситуациях конкурсного отбора, малых шансов успешной сдачи экзаменов и т. д.

Содержание программы развивающих занятий раскрывается в трех блоках, построенных в соответствии с этапами работы. Начальный ее этап посвящен изучению и анализу проблемы межличностного взаимодействия в ситуациях, провоцирующих повышенную тревожность. На втором этапе происходит расширение представлений о трудностях взаимодействия и возможностях их преодоления. Третий этап работы посвящен обучению приемам и определению индивидуальных способов успешного проживания трудностей, связанных с угрозой престижу, жизненной перспективе, социальному статусу, положению среди сверстников.

Каждый блок программы имеет метафорическое название, которое отражает суть его содержания. Реализация каждого блока позволяет решать определенные задачи, в результате чего вырабатывается опыт и возникают новые переживания, способствующие личностному изменению. Эти изменения являют собой в итоге новообразование каждого этапа.

Первый блок программы «Встреча с собой и другими: тревога и ответственность». Участники анализируют личностные трудности, проявляющихся в ситуациях повышенной социально-интеллектуальной ответственности, осваивают способы вербализации эмоциональных состояний. В качестве эмоционально-когнитивного новообразования этого этапа занятий у учащихся появляется готовность к актуализации и отреагированию негативного эмоционального состояния и усиливается рациональность в его интерпретации.

Реализация второго блока «Что я узнал о себе и что теперь с этим делать» приводит к появлению таких новообразований, как отказ от прежних (импульсивных, деструктивных) способов поведения и отношения к ситуациям повышенной интеллектуальной сложности.

В ходе реализации третьего блока программы «Впереди дорога. Это—наша жизнь» вырабатываются индивидуальные умения управлять своими эмоциями, выбирать способы делового и межличностного общения. Личностным новообразованием данного этапа служит психологическая готовность участников к перенесению полученного позитивного опыта и новых способов взаимодействия в условиях реальной жизни.

Тематический план курса

№	Тема	Кол-во часов
I	Встреча с собой и с другими: тревога и ответственность	11
1	Дерево цели	1
2	Словарь иностранных слов	1
3	Установление связи между предметами	1
4	Гибкость мышления и эмоционально окрашенная лексика	1
5	Работа с текстом	1
6	Составление конспекта	1
7	Что такое экзамен	1
8	Память. Виды памяти.	1
9	Способы запоминания. Актуализация процессов запоминания при подготовке к экзамену	1
10	Стресс и последствия его влияния на человека	1
11	Способы саморегуляции в ситуации стресса	1
II	Что я узнал о себе и что теперь с этим делать	3
12	Я перед экзаменом	1
13	Способы совладения с повышенной ситуативной тревожностью	1
14	Экзаменационная комиссия	1
III	Впереди дорога. Это – наша жизнь.	3
15	Составление структуры выигрышного ответа на экзаменационный билет	1
16	Уверенное поведение	1
17	Заключительное занятие «Почта»	1
Итого:		17

Содержание курса

Тема 1. Дерево цели

Знакомство с целями, задачами, содержанием занятий. Возможности и ресурсы планирования жизненного пути. Анализ групповой картины разрыва притязаний и вероятности достижений. Упражнения «Паутина», «Первая буква имени», «Дерево цели».

Формы работы – информирование, игровой тренинг.

Тема 2. Словарь иностранных слов

Работа с иностранными словами и научными терминами в командах. Актуализация коммуникативных умений в ситуациях с высокой межличностной тревожностью. Упражнения «Словарь иностранных слов», «Кролик и лис» и т. д.

Формы работы – информирование, беседа, игровые упражнения, обсуждение итогов занятия.

Тема 3. Установление связи между предметами

Развитие умений устанавливать связь между предметами и приходить к позитивному результату. Упражнения «Найди связь», «Катастрофа в пустыне».

Формы работы – беседа, упражнения.

Тема 4. Гибкость мышления и эмоционально окрашенная лексика

Развитие умений выделять смысловую основу текста, запоминать самые мелкие подробности текста, задавать различные типы вопросов. Упражнения «Слова-перевертыши», «Дотошный ученик», «Суть».

Формы работы – информирование, работа с текстом.

Тема 5. Работа с текстом

Виды работы с текстом. Развитие умения составлять конспект.

Формы работы – беседа, работа с текстом.

Тема 6. Составление конспекта

Развитие умения составлять конспект – надежную «шпаргалку».

Формы работы – информирование, выполнение практических заданий, обсуждение.

Тема 7. Что такое экзамен

Выявление актуальных знаний учащихся об экзамене и их негативных переживаний.

Формы работы – информирование, беседа, тренировочные упражнения.

Тема 8. Память. Виды памяти.

Понятие памяти, ее видов. Актуализация состояния процессов запоминания уч-ся.

Формы работы – информирование, диагностика, беседа, упражнения.

Тема 9. Способы запоминания. Актуализация процессов запоминания при подготовке к экзамену

Способы запоминания. Подготовка к экзамену.

Формы работы – информирование, диагностика, тренировочные упражнения.

Тема 10. Стресс и последствия его влияния на человека

Причины стресса. Протекание стрессовой ситуации. Положительные и отрицательные последствия стресса.

Формы работы – информирование, тренировочные упражнения, обсуждение.

Тема 11. Способы саморегуляции в ситуации стресса

Способы релаксации. Отработка различных техник.

Формы работы – информирование, дыхательная гимнастика, аутогенная тренировка.

Тема 12. Я перед экзаменом

Предэкзаменационная ситуация, или как правильно подготовиться к экзамену.

Формы работы – информирование, обсуждение.

Тема 13. Способы совладания с повышенной ситуативной тревожностью

Актуализация умений справляться с ситуацией тревожности, развитие умения выступать перед публикой. Упражнения «Препятствие», «Конференция», «Мусор».

Формы работы – беседа, тренировочные упражнения, ролевая и имитационная игры психодраматические техники.

Тема 14. Экзаменационная комиссия

Ролевое проигрывание различных вариантов взаимодействия с членами экзаменационной комиссии.

Упражнения «Наш рисунок», «Экзаменационная комиссия», «Я рисую...», Составь предложения».

Формы работы – информирование, игра, обсуждение.

Тема 15. Составление структуры выигрышного ответа на экзаменационный билет

Практическое занятие по отработке и закреплению знаний о составлении хорошего ответа на экзамене, о поведении и регулировании эмоционального состояния на экзамене. Упражнения «Если достался билет...», «Комплименты».

Формы работы – беседа, тренировочные упражнения, психогимнастика.

Тема 16. Уверенное поведение

Закрепление позитивного опыта взаимодействия учащихся, оказание ими поддержки друг другу.

Упражнения «Комплименты», «Подарок», «Портреты», «Пройтись как...».

Формы работы – беседа, игра.

Тема 17. Заключительное занятие «Почта»

Закрепление навыков позитивного восприятия себя и окружающих. Создание положительного образа своего класса (плакат на тему «Мой класс»). Осуществление письменной позитивной обратной связи между участниками тренинга для закрепления положительного опыта участия в занятиях.

Формы работы – самостоятельная работа в группах, обсуждение.

Оценка эффективности ожидаемых результатов

Реализация данного курса должна способствовать дальнейшему личностному развитию старшеклассников, активному формированию их социального интеллекта, развитию уверенности в себе и в завтрашнем дне, развитию умения противостоять стрессовым ситуациям. По окончании курса у учащихся должны быть сформированы:

- способности к саморегуляции;
- навыки конструктивного взаимодействия с окружающими;
- умения рефлексировать;
- способности к самоактуализации;
- умения оперировать диагностическими средствами;
- навыки психорегуляции;
- навыки публичного выступления;
- знания о влиянии стресса на человека.

Показателями эффективности проделанной работы будут интерес учащихся к содержанию занятий, снижение уровня тревожности в ситуации стресса, адаптивное поведение уч-ся. С целью исследования и анализа этих показателей предполагается проведение вводной, текущей и итоговой диагностики учащихся.

Информационно-методическое обеспечение

Амбросьева Н. Н. Классный час с психологом: Сказкотерапия для школьников. – М., 2007.

Дереклеева Н. И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или Учимся жить в современном мире. – М., 2004.

Ершов Д. А. Элективные курсы профориентационной направленности. Для уч-ся 10-11-х классов гуманитарного профиля обучения. – М., 2007.

Савченко М. Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам. – М., 2006.

Черникова Т. В., Сукочева Г. А. Старшеклассник без стрессов и тревог. – М.: Глобус, 2006.