

Приложение к образовательной программе  
Начального общего образования  
МОУ СШ № 1 Тракторозаводского района Волгограда»  
Приказ № 281 от 02.09.2024 г

Директор МОУ СШ № 1  Е. Н. Медведева



Рабочая программа  
Курса внеурочной деятельности  
«Познай себя»  
ОВЗ

Волгоград 2024

## **Раздел I. Пояснительная записка.**

### **Концепция программы:**

Программа "Познай себя" разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (стандарты второго поколения), предназначена для организации внеурочной деятельности младших школьников, направленная на формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию, повышению уровня мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знаниям, а также для коррекции развития познавательных сфер деятельности младших школьников.

### **Актуальность программы.**

Как известно, способности, в том числе и познавательные, не только проявляются, но и формируются и развиваются в процессе деятельности. Внеучебная деятельность младших школьников создает большие возможности для становления психических качеств, которые могут составить основу тех или других способностей. Программа обеспечивает соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) детей с ограниченными возможностями здоровья выбирать формы получения детьми образования, защищать законные права и интересы детей. Программа коррекционной работы направлена на разрешение ряда проблем, возникающих при обучении и воспитании младших школьников в условиях четырехлетнего начального обучения. В числе этих проблем:

- несоответствие уровня психического развития ребенка возрастной норме;
- низкая познавательная и учебная мотивация;
- негативные тенденции личностного развития;
- коммуникативные проблемы;
- эмоциональные нарушения поведения;
- дезадаптация в школе;
- неуспеваемость;
- увеличение числа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в классах общеобразовательного учреждения;
- проблемы педагогической интеграции детей с ОВЗ в общеобразовательный класс;
- неготовность некоторых педагогических работников к работе с детьми с ОВЗ;
- недостаточное методическое и программное обеспечение учебно-воспитательного процесса.

**Цель данной программы** – создание благоприятных условий для развития личности каждого ребенка, его успешной социализации, достижения планируемых результатов

основной образовательной программы всеми обучающимися, в том числе детьми с ограниченными возможностями здоровья в урочной и внеурочной деятельности.

#### **Основные задачи программы коррекционной работы:**

1. Определить уровень готовности детей к обучению на первой ступени школы.
2. Выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии.
3. Осуществление индивидуально ориентированной помощи детям с ОВЗ с учётом особенностей психофизиологического развития и индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого – медико - педагогической комиссии).
4. Определение особенностей организации образовательного процесса для рассматриваемой категории детей в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребёнка, структурой нарушения развития и степенью его выраженности;
5. Развитие индивидуальных особенностей субъектов педагогического процесса; ранняя профилактика и своевременная коррекция недостатков и отклонений в психическом, психофизиологическом и личностном развитии детей; воспитание у каждого ребёнка уверенности в своих силах.
6. Развитие творческого потенциала учащихся (одаренных детей).

#### **Условия реализации программы:**

- Психолого-педагогическое сопровождение всех участников образовательного процесса;

#### **Ориентирована на УМК:**

1. Программа «Тропинка к своему Я» О. Хухлаева, С-Пб, НОУ «Союз» 2014 г.
2. Программа коррекционного обучения чтению «Почитайка» М. Е. Прокопенко, С-Пб, НОУ «Союз» 2013 г.
3. Обучающая разноуровневая программа-тренажер по русскому языку «Фраза» М.: Гуру Софт ЗАО «Новый диск» 2004 г.

Система представленных на занятиях по задач и упражнений позволяет решать все три аспекта учебной цели: познавательный, развивающий и воспитывающий.

#### **Познавательный аспект**

- формирование и развитие различных видов памяти, внимания, воображения; - формирование и развитие общеучебных умений и навыков (умение самостоятельно работать с книгой в заданном темпе, умение контролировать и оценивать свою работу).

#### **Развивающий аспект**

- развитие речи при работе над словом, словосочетанием, предложением.

- развитие мышления ходе усвоения детьми таких приёмов мыслительной деятельности как умение анализировать, сравнивать, синтезировать, обобщать, выделять главное, доказывать и опровергать.

- развитие сенсорной сферы ребят (глазомера, мелких мышц кистей рук). Развитие двигательной сферы.

### **Воспитывающий аспект**

- воспитание системы нравственных межличностных отношений (формирование «яконцепции»);

- введение в образовательный процесс программы «Психологический тренинг с элементами развивающего обучения» повышает эффективность обучения на начальной ступени образования.

Такой курс создает условия для развития у детей познавательных интересов, формирует стремление ребенка к размышлению и поиску, вызывает у ребенка чувство уверенности в своих силах. Раздел

## **II. Планируемые результаты**

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

### Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

### **Познавательные УУД:**

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
  - наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
  - обогатить представление о собственных возможностях и способностях
  - учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
  - оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
  - учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
  - находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
  - адекватно воспринимать оценку учителя
- Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средства формирования УУД: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения.

К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества), методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

К результатам обучения относятся психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

**Межпредметные связи:** Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы).

Для реализации программы по коррекции поведения учащихся с ОВЗ используются следующие методы обучения:

1. Рассказ учителя и рассказы детей.

2. Диалог.
3. Наблюдение.
4. Свободное и тематическое рисование.
5. Рассматривание рисунков и картин.
6. Беседы.
7. Ролевые и подвижные игры.
8. Групповые дискуссии. 9. Мини-конкурсы.
10. Импровизация.
11. Рассказ учителя и рассказы детей.
12. Моделирование и анализ ситуаций.
13. Упражнения, направленные на развитие внимания, восприятия и других познавательных процессов.
14. Релаксационные игры. Кроме этого, активно используются методы психодиагностики индивидуальное консультирование.

Основные методы, используемые на уроках курса можно классифицировать по следующим основаниям:

- методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

1. Словесный (устное изложение, беседа, рассказ, диспут и т.д.)
2. Наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, работа по образцу и т.д.)
3. Практичный (выполнение конкретных методик по заданным инструкциям, схемам и образцам и т.д.)

- методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

1. Объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
2. Репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
3. Частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске решения поставленной педагогом задачи;
4. Исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

- методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

1. Фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
2. Индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

3. Групповой – организация работы в группах;

4. Индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

### Раздел III.

#### Содержание учебного предмета –2-4 классы

Основное содержание (по темам или разделам)	Характеристика основных видов учебной деятельности
Диагностический. Адаптация учащихся	В диагностический этап входят диагностика психоэмоционального, интеллектуального развития ребенка, уровень включенности в общегрупповую деятельность, диагностика ДРО.
Коррекционный. Коррекция когнитивных процессов	Данный этап включает в себя следующие задачи: <ul style="list-style-type: none"><li>• помощь подростку в разрешении психотравмирующих ситуаций;</li><li>• формирование продуктивных видов взаимоотношений ребенка с окружающими (в семье, в классе);</li><li>• повышение социального статуса ребенка в коллективе;</li><li>• развитие у подростка компетентности в вопросах нормативного поведения;</li><li>• формирование и стимуляция сенсорно-перцептивных, мнемических и интеллектуальных процессов;</li><li>• развитие и совершенствование коммуникативных функций, эмоционально-волевой регуляции поведения;</li><li>• создание в детском коллективе атмосферы принятия, доброжелательности, открытости, взаимопонимания. Групповая психологическая коррекция сфокусирована на трех составляющих:<ul style="list-style-type: none"><li>• Когнитивный блок; Задачей когнитивного блока является: осознание подростком своих интеллектуальных, личностных и эмоциональных ресурсов.</li><li>• Эмоциональный блок; Эмоциональный блок отвечает за формирование у подростка позитивного эмоционального отношения к себе; переживание в группе и осознание подростком прошлого эмоционального опыта: получение новых эмоциональных переживаний.</li><li>• Поведенческий блок. Поведенческий блок задействуется в процессе преодоления неадекватных форм поведения; развития и закрепления новых форм поведения.</li></ul></li></ul>
Диагностика оценки. Коррекция социальных и коммуникативных умений	Блок оценки эффективности коррекционных воздействий, направлен на анализ изменений познавательных процессов, психических состояний, личностных реакций у учащихся в результате психокоррекционных воздействий. Критерии оценки эффективности психологической коррекции требуют учета структуры дефекта, механизмов его проявлений, анализа целей коррекции и используемых методов психологического

	воздействия. Результаты коррекционной работы могут проявляться у ребенка в процессе работы с ним, к моменту завершения психокоррекционного процесса и на протяжении длительного времени после окончания занятий.
Прогностический. Коррекция поведения "Познавая себя и других"	Прогностический. Прогностический блок психокоррекции направлен на проектирование психофо-зиологических, психических и социально-психологических функций подростков.
Итоговое. "Коррекция эмоционально-личностной сферы"	На основе создания оптимальных условий познания каждого объекта дать ребенку правильное многогранное полифункциональное представление об окружающей действительности, способствующее оптимизации его психического развития и более эффективной социализации в образовательной среде и обществе.

#### Раздел IV. Основные формы организации учебных занятий

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Формы контроля: входная, итоговая диагностика.

#### Раздел V. Тематическое планирование

№ п/ п	Наименование разделов (или тем)	Общее количество часов на изучение тем	Из них (перечислить виды практической части программы)	
			Теоретические	Диагностика
1	Диагностический. Адаптация учащихся	10	6	4
2	Коррекционный. Коррекция когнитивных процессов	12	8	4
3	Диагностика оценки. Коррекция социальных и коммуникативных умений	6	2	4
4	Прогностический. Коррекция	7	5	2



	поведения "Познавая себя и других"			
<b>5</b>	Итоговое. "Коррекция эмоционально-личностной сферы"	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Итого</b>	<b>35</b>	<b>22</b>	<b>15</b>

**Раздел VI. Календарно - тематический план.  
2-4 классы**

<b>№</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	Путешествие в осенний лес.	<b>1 час</b>
<b>2</b>	Школа и школьные правила	1 час
<b>3</b>	Путешествие по сказкам	1 час
<b>4</b>	Волшебная планета – мой класс	1 час
<b>5</b>	"Коррекция внимания и его свойства. Упражнения «Улыбка», «Мои ощущения»	1 час
<b>6</b>	"Коррекция мышления и мыслительных операций. Упражнение «Объедини по смыслу»	1 час
<b>7</b>	"Коррекция памяти. Упражнение «Нарисуй такую же картинку»	1 час
<b>8</b>	"Коррекция восприятия" Упражнение «Нарисуй одной рукой»	1 час
<b>9</b>	"Развитие произвольной сферы» тренинг на тему «Мои качества»	1 час
<b>10</b>	"Развитие рефлексивных навыков" Упражнение « Найди узор»	1 час
<b>11</b>	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	1 час
<b>12</b>	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие	1 час
<b>13</b>	Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю"	1 час
<b>14</b>	Игра – практикум «Как подружиться с полицией»	1 час
<b>15</b>	Развитие коммуникативных способностей у обучающихся. Упражнение «Улыбка»	1 час
<b>16</b>	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение	1 час
<b>17</b>	Устранение барьеров общения "Я + Ты"	1 час
<b>18</b>	Тренинг «Колокольчики добра»	1 час
<b>19</b>	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре"	1 час
<b>20</b>	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Необитаемый остров"	1 час
<b>21</b>	«Я - это я! Знаю ли я себя"	1 час
	"Я и мои чувства"	1 час

22	"Что такое доброта	1 час
23	Добрым быть на свете веселей"	1 час
24	"Учимся управлять своими эмоциями"	1 час
25	"Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии . Привет, как твои дела?	1 час
26	"Спокойствие. Учимся правильно дышать"	1 час
27	Упражнение для коррекции поведения. «Ящик с обидками»	1 час
28	Игра «Давай поругаемся»	1 час
29	Игровые упражнения, направленные на распознавание и выражение эмоций, на выработку мимики и пантомимики. Упражнение «Сделай как я»	1 час
30	Чтение и обсуждение рассказа Л. Толстого «Два товарища».	1 час
31	Театрализованная постановка сказки «Теремок»	1 час
32	Игра « Зеленые обитатели леса» (коррекция возбудимости, тревожности, гиперактивности)	1 час
33	Упражнение «Красный предмет в моей ладошке» (коррекция страхов, инертности, апатии)	1 час
34	Итоговое занятие	1 час

### **Основные формы развивающей работы:**

Данная программа содержит комплекс развивающих игр, упражнений, заданий направленных на развитие познавательных психических процессов, общения, произвольности поведения младших школьников. Основной целью занятий является развитие познавательных процессов для успешного освоения образовательных программ. Программа состоит из игр, упражнений, заданий которые можно разделить на релаксационные, снимающие психо – эмоциональное, мышечное напряжение; двигательные, развивающие координацию движений, крупную и мелкую моторику; коммуникативные, способствующие формированию умений и навыков общения; развивающие, направленные на развитие познавательной и социальной рефлексии, отдельных процессов: памяти, мышления, внимания, воображения.

### **Перечень учебно-методических средств обучения**

1. Агаева Е.Л., Бروفман В.В., Булычева А.И. и др. Чего на свете не бывает?: Занимательные игры для детей от 3 до 6 лет. — М., 2010.
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. — М., 2009.
3. Винокурова Н. Лучшие тесты на развитие творческих способностей. — М., 2011 г.
4. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. — М. , 2003.
5. Гиригин Л.Е., Ситникова Л.Н. Вообрази себе. Поиграем – помечтаем. — М., 2001 г.
6. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. — СанП., 2003 г.
7. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 2005 г.
8. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. — М., 2004 г.
9. Нижегородцева Н. В. , Шадриков В. Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. — М. , 2002.
10. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов). - М.: «Ось-89», 2006.
11. Цукерман Г. А., Поливанова К. Н. Ц852 Введение в школьную жизнь. Программа адаптации детей к школе. — 2-е изд., испр. — М.: Генезис, 2003.
12. Школьный психолог - М., 2003 г.

Электронные ресурсы:

1. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
2. . 2. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: <http://flogiston.ru/library>.
3. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.