

Рассмотрено
на заседании М\О
учителей начальных кл.
протокол № 1 от 30.08.2019г.
председатель М\О
Н.В.Черноусова



Рассмотрено и рекомендовано
к утверждению на заседании
Педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2019г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 127 от 30.08.2019г.
директор:
О.Д.Хрущевская



**Коррекционно-развивающая Психолого – педагогическая программа
работы с детьми младшего школьного возраста**

«Шаг навстречу»

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации: 1 год

Моршанск, 2019г.

СОДЕРЖАНИЕ

	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.....	3
	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
I	ОСНОВАНИЯ ПРОГРАММЫ.....	5
	1.1 Цель Программы.....	5
	1.2 Задачи Программы.....	5
	1.3 Ожидаемые результаты Программы.....	5
	1.4 Критерии эффективности программы.....	5
	1.5. Принципы психолого-педагогической коррекции.....	5
	1.6. Принципы реализации Программы.....	5
3. II	2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	8
	2.1. Направления реализации Программы.....	8
	2.1.1. Диагностическое направление.....	8
	2.1.2. Профилактическое направление.....	8
	2.1.3. Консультативное направление.....	8
	2.1.4. Коррекционно-развивающее направление.....	8
	2.1.5. Методическое направление.....	8
	2.2. Формы и методы Программы.....	8
III	МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	9
	3.1 Целевая группа Программы.....	9
	3.2 Этапы реализации Программы.....	9
	3.3 Тематический план реализации Программы.....	10

1.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Она волнует не только педагогов, но и родителей. Те или иные формы агрессии характерны для большинства младших школьников. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются и пр. Обычно с усвоением правил и норм поведения эти непосредственные проявления детской агрессивности уступают место просоциальным формам поведения. Однако у определённой категории детей агрессия как устойчивая форма поведения не только сохраняется, но и развивается, трансформируясь в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребёнка, сужаются возможности полноценного общения, деформируется его личностное развитие. Агрессивный ребёнок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Проблема агрессивного поведения младших школьников чрезвычайно актуальна для современного общества. Рост агрессивных тенденций, распространение насилия и жестокости на экране и в средствах массовой информации вызывают озабоченность родителей и педагогов. Свою роль играет также увлечённость детей видео и компьютерными играми агрессивного содержания. Таким образом, агрессивность в детском возрасте, нарушает процесс благоприятной социализации, поэтому профилактика агрессивности в младшем школьном возрасте является актуальной и требующей особого внимания. Проблеме агрессивного поведения личности посвящено большое количество работ, как в отечественной, так и зарубежной психологии.

Особое внимание тревожность привлекает потому, что выступает ярчайшим признаком дезадаптации индивида, отрицательно влияя на все сферы его жизнедеятельности: на общение, на здоровье, учебную и профессиональную деятельность и общий уровень психологического благополучия.

Тревожность – склонность человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения. Тревожность выделяется как личностное образование, которое может достаточно длительно сохраняться.

Агрессивность – свойство личности, целенаправленное разрушительное поведение, заключающееся в наличии деструктивных тенденций, с целью нанесения вреда тому или иному лицу. Это любая форма поведения, нацеленного на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения (Р. Бэрн, Д. Ричардсон).

Актуальность проведения работы по профилактике тревожности и агрессивности в младшем школьном возрасте направлена, на снижение уровня общей, школьной, личностной тревожности, снижение уровня агрессивности, повышение самооценки, обучение школьника навыкам осознания и отреагирования негативных эмоций, повышение уровня эмоциональной стабильности.

I. ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.1. Цель программы

Снижение уровня агрессивности путем обучения социально-психологическим навыкам взаимодействия, снижение уровня тревожности у младшего школьника.

1.2. – 1.3. Задачи и ожидаемые результаты

Задачи	Ожидаемые результаты
Выработка адекватной самооценки и коррекция своего поведения	Снижение уровня тревожности
Повышение уровня эмоциональной стабильности;	Снижение уровня агрессивности
Обучить способам регуляции эмоционального поведения;	
Развитие личности младшего школьника, его способностей к общению и возможностей	Отслеживание результатов работы проводится на основе диагностики, которая проводится в начале и в конце курса занятий

Ожидаемые результаты

Программа позволяет школьникам снизить уровень агрессивности и тревожности, усваивать групповые правила поведения, создает безопасное пространство для общения, расширяет продуктивность поведенческих реакций.

1.4. Критерии эффективности программы

Для определения эффективности программы были разработаны критерии эффективности:

Качественные:

Динамика в повышении уровня эмоциональной стабильности. Развитие уверенности в себе у обучающихся младших классов.

Количественные:

Количество проведенных мероприятий; количество участников.

1.5. Методологической основой содержания

психолого-коррекционной работы являются следующие принципы

психолого-педагогической коррекции

1. Принцип единства коррекции и развития. Решение о необходимости коррекционной работы принимается только на основе психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития младшего школьника.
2. Принцип единства диагностики и коррекции развития. Задачи коррекционной работы ставятся только на основе полной диагностики и оценке ближайшего вероятностного прогноза развития младшего школьника.
3. Деятельностный принцип осуществления коррекции. Данный принцип определяет выбор средств, путей и способов достижения поставленной цели. Основан на признании того, что именно активная деятельность самого младшего школьника является движущей силой развития.

1.6. Принципы реализации программы

1. Принцип конфиденциальности, предполагающий требование сохранения тайны полученной информации.
2. Принцип компетенции: каждый специалист решает проблему только в рамках своей компетенции.
3. Принцип превентивности, предполагающий, что каждый специалист ответственен за последствия своего влияния на личность.

1. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Направления реализации Программы

Основными направлениями работы в реализации программы «Шаг навстречу» являются диагностическая, профилактическая, консультативная, развивающая, методическая.

2.1.1. Диагностическое направление

Психологическая диагностика является одним из видов оказания практической помощи обучающимся в процессе развития сфер личности.

Цель диагностики - определить уровень тревожности и агрессивности у обучающегося в начале реализации программы и по её завершению.

Основные требования при отборе диагностических методик: валидность и надежность, экономичность в отношении временных затрат, актуальность.

2.1.2. Профилактическое направление

1. Групповые занятия с применением активных форм обучения;
2. Участие обучающихся младших классов в реализации программы «Шаг навстречу».

2.1.3. Консультативное направление

Проводится по нескольким направлениям одновременно: с обучающимися, педагогами, родителями и представляет собой многоплановую повседневную текущую работу, направленную на оказание содействия и помощи по вопросам развития личности.

2.1.4. Коррекционно-развивающее направление

Основной задачей данного направления является снижение уровня агрессивности путем обучения социально-психологическим навыкам взаимодействия, снижение уровня тревожности у обучающихся младших классов.

2.1.5. Методическое направление

Предполагает разработку рекомендаций для учителей по данному направлению, их накопление и обобщение для формирования банка информационно-методических материалов.

2.2. Формы и методы Программы

В процессе реализации Программы будут применены такие методы работы с обучающимися, как словесные (объяснение, беседа); наглядные методы (иллюстрации и демонстрации); практические (упражнения), игры; экспрессивные методы (творческое самовыражение в рисунках, письменных работах); метод анализ конкретных ситуаций.

2. МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Целевая группа Программы

Участниками Программы являются обучающиеся младших классов. Возраст обучающихся 6-11 лет.

Индивидуальные занятия проводятся 1 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия 20-30 минут. Коррекционная программа рассчитана на 1 учебный год.

Программа коррекции составлялась на основе работ таких ученых, как: Е. К. Лютова, Г. Б. Моница, Н. В. Ключева, Ю. В. Касаткина, Т. П. Смирнова и др.

В данной Программе предусмотрено три основных блока:

Блок I. Снятие состояния психического дискомфорта, коррекция тревожности.

Задачи: снятие мышечного и эмоционального напряжения; снижение тревожности.

Блок II. Снятие агрессивности.

Задачи: обучение школьников способам выражения гнева в приемлемой форме; формирование адекватных форм поведения; эмоциональное осознание своего поведения; регулирование поведения в коллективе.

Блок III. Формирование адекватной самооценки.

Задачи: повышение уровня самооценки; развитие уверенности в себе; обучение умению отстаивать свою позицию; обучение навыкам принятия решений, критического мышления, навыка отказа сверстникам; повышение ответственности за свои поступки.

3.3. Тематический план реализации Программы

Занятие	Основные цели занятия	Время
---------	-----------------------	-------

Блок I. Снятие состояния психического дискомфорта, коррекция тревожности

(задачи: снятие мышечного и эмоционального напряжения; снижение тревожности)

Занятие 1 «Мои чувства и эмоции».

- | | | |
|---|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Имена» чувств. 2. Упражнение «Ладонка». 3. Упражнение «О пользе и вреде эмоций» 4. Рефлексия. | <p>Цель занятия: создание благоприятной обстановки для личностного самораскрытия. Направлено на осознание проявлений эмоций (особенно чувства тревоги); познакомить с разнообразием человеческих чувств; способствовать развитию положительных эмоций.</p> | 1 |
|---|--|---|

Занятие 2 «Люди значимые для меня».

- | | | |
|---|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Я – в своих глазах, я – в глазах окружающих». 2. Упражнения «Дружеские отношения». 3. Упражнение «Ищу друга». 4. Упражнение «Игра со стыдом». 5. Упражнение «Афоризмы». 6. Рефлексия. | <p>Цель занятия: помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; уменьшить тревожность; воспитать уверенность в себе; снизить эмоциональное напряжение.</p> | 1 |
|---|---|---|

Занятие 3 «Моё отношение к себе и другим».

- | | | |
|---|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Я подарок для человечества, так как я ...». 2. Упражнение «Твое будущее». 3. Упражнение «Продолжи фразу». 4. Упражнение «Эмоциональная тропинка». 5. Упражнение «Мои достоинства и ...». | <p>Цель занятия: занятие направлено на обучение тому, как находить в себе скрытые особенности личности и использовать приёмы для изменения в лучшую сторону; развитие способности понимания своего состояния и состояния других людей.</p> | 1 |
|---|--|---|

недостатки».

6. Рефлексия.

Занятие 4 «Я в своих глазах и в глазах других людей».

1. Упражнение «Я в настоящем, я в будущем»;

2. Упражнение «Незаконченные предложения»; Цель занятия: активизация процесса рефлексии. Снятие тревожности. Дальнейшее самораскрытие, самопознание. Раскрытие важных качеств для

3. Упражнение «Что я хочу на эффективного межличностного общения. самом деле?»;

4. Упражнение «Контур человека»;

5. Рефлексия.

Общее время занятий – 5 часов

Блок II. Снятие агрессивности

(задачи: обучение школьников способам выражения гнева в приемлемой форме; формирование адекватных форм поведения; эмоциональное осознание своего поведения; регулирование поведения в коллективе)

Занятие 5.

1. Упражнение «Комплимент».

2. Разминка «Зеркало». Цель занятия: расширение представления о себе, рассмотрение себя со стороны сверстников,

3. Упражнение «Камушек в развитии способности к самоанализу, осознание 1 ботинке». собственных конфликтов и установок при взаимодействии с группой.

4. Упражнение «Дерево радостей и печалей».

5. Рефлексия.

Занятие 6.

1. Разминка: упражнения на доверие, взаимодействие и движение «Прими подарок».

2. Упражнение «Переменное дыхание».

3. Упражнение «Альтернатива гневу».

4. Упражнение «Золотой стул».

Цель занятия: осознание агрессивного поведения и выражение своего отношения к нему. Обучение 2 методам релаксации.

5. Рефлексия.

Занятие 7.

1. Разминка. Упражнение «Я принес с собой сегодня».

2. Упражнение «Цветные ладони» Цель занятия: обучение управлению эмоциональным состоянием, обучение снятию стрессового напряжения, обучение способам

3. Упражнение «Планета эмоций» Цель занятия: эмоциональной разрядки. чувств».

4. Упражнение «Дерево чувств».

5. Рефлексия.

Занятие 8.

1. Упражнение «Апельсин».

2. Упражнение «Символическое (пластическое, через рисунок) изображение эмоций» Цель занятия: отреагирования негативных эмоций; обучение приемам регуляции своего эмоционального состояния; формирование

3. Упражнение «Недружеский шарж». Цель занятия: позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирование будущего.

4. Упражнение «Гнев на сцене».

5. Упражнение «Попросись на ночлег».

6. Рефлексия.

Занятие 9.

1. Упражнение «Волшебный мешочек».

2. Упражнение «Слушай хлопки».

3. Упражнение «Ласковые ладошки». Цель занятия: Развитие понимания своего

4. Релаксационное упражнение «Лимон». актуального состояния.

5. Упражнение «Найди отличие».

6. Упражнение «Подари улыбку».

7. Рефлексия.

Занятие 10.

1. «Рисование собственного» Цель занятия: Отреагирование негативной ситуации в целом.

- гнева» (лепка гнева из пластилина, глины).
- 2. «Липучка»
- 3. «Цветик-семицветик»
- 4. Рефлексия.

Занятие 11.

- 1. «Давай знакомиться»
- 2. «Ладони»
- 3. Игровое упражнение «Кто пришел к нам в гости?» Цель занятия: Развитие умения взаимодействовать со сверстниками. 1
- 4. Рефлексия.

Занятие 12.

- 1. Игра «Знайки чувств»
- 2. Игра «Каракули» Цель занятия: Учить детей оценивать свое состояние, анализировать свое поведение. 1
- 3. Игра «Меняются местами те, кто...»
- 4. Рефлексия.

Ч2

- 1. «Снежки из бумаги».
- 2. «Добрый бегемотик». Цель занятия: Выброс отрицательных эмоций в 1
- 3. «Портрет моего лучшего друга».
- 4. Рефлексия.

Общее время занятий – 12 часов

Блок III. Формирование адекватной самооценки

(Задачи: повышение уровня самооценки; развитие уверенности в себе; обучение умению отстаивать свою позицию; обучение навыкам принятия решений, критического мышления, навыка отказа сверстникам; повышение ответственности за свои поступки)

Занятие 1.

- 1. Упражнение «Позитивные мысли». Цель занятия: развитие умения гордиться своими достоинствами.
- 2. Упражнение «Я в своих глазах, я в глазах окружающих». Расширение представления о себе. Развитие способности к самоанализу. Повышение ответственности за свои поступки, выработка 5
- 3. Упражнение «Поделись позитивных жизненных целей и развитие успехом». мотивации к их достижению.
- 4. Рефлексия.

Занятие 2.

1. Упражнение «Солнечный круг»

Цель занятия: активизация процесса рефлексии.

2. Упражнение «Мои сильные стороны». Дальнейшее самораскрытие, самопознание, прояснение Я-концепции. Раскрытие важных 1

3. Упражнение «Баржа». качеств для эффективного межличностного общения.

4. Упражнение «Скульптура».

5. Рефлексия.

Занятие 3.

1. Разминка. Упражнение «Лес».

2. Упражнение «Зеркало».

Цель занятия: научить подростка ценить и

3. Упражнение «Пирог».

уважать не только себя, но и окружающих людей, доверять им; находить положительные стороны 2

4. Упражнение «Лимон».

личности. Углубление процессов самораскрытия. Укрепление самооценки.

5. Упражнение «Художественный фильм».

6. Рефлексия.

Занятие 4.

1. Упражнение «Рисование самого себя».

2. Упражнение «Моё имя».

Цель занятия: углубление процессов самораскрытия, самосознания; осознание своих 1

3. Упражнение «Нарисуй свой страх».

страхов, тревог; освоение методов борьбы со своими тревогами и страхами.

4. Упражнение «Дыхание».

5. Рефлексия.

Общее время занятий – 9 часов