

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГОБОУ ЦНПК
Брайфельд В.Н.
« 7 » сентября 2015г.



**Программа психологической коррекции эмоционально-аффективной
сферы младших школьников с задержкой психического развития
«Тропинка к своему Я».**

Автор:
Шурыкина С.А.
педагог-психолог
ИКК

Великий Новгород
2015г.

Пояснительная записка

Эмоциональное развитие младших школьников с задержкой психического развития характеризуется следующими особенностями:

- незрелость эмоционально-волевой сферы: непосредственность, повышенный интерес к игровой деятельности;
- неустойчивость эмоционально – волевой сферы, что проявляется в невозможности на длительное время сконцентрироваться на целенаправленной деятельности. Психологической причиной этого является низкий уровень произвольной психической активности;
- трудности в установлении коммуникативных контактов;
- наличие эмоциональных расстройств: дети склонны к аффективным реакциям, испытывают страх, тревожность.

Экспериментальное исследование когнитивной сферы, эмоционально-волевой сферы, изучение особенностей речевого развития обучающихся 1, 2 «Б», 3 «А» классов выявило, что

- ✓ взаимоотношения школьников с педагогами в ситуации школьного обучения воспринимаются отдельными обучающимися как тревожные;
- ✓ наличие у детей модально-специфических расстройств, имеющих отношение к преимущественному характеру восприятия, по всей видимости, снижает не только качество усвоения учебного материала, но и пагубно воздействует на мотивацию к обучению;
- ✓ ситуация обучения в школе воспринимается учениками как тревожная, в результате чего мотив к обучению не формируется;
- ✓ для большинства обучающихся характерно наличие низкой и внешней мотивации к обучению;
- ✓ у школьников завышенная самооценка;

- ✓ отмечается повышенный и высокий уровень тревожности в ситуациях проверки знаний, самовыражения.

При анализе результатов исследования и ситуации обучения были сделаны следующие предположения: учащиеся нуждаются в большей психологической поддержке, психологическом сопровождении в период адаптации со стороны как специалистов (психолога, логопеда), так и педагогов, так как известно, что эмоциональное состояние взаимосвязано с когнитивным функционированием детей.

Исходя из выявленных особенностей младших школьников с задержкой психического развития и анализа полученных результатов, нами была разработана коррекционно – развивающая программа.

Основная цель программы: коррекция эмоционально-аффективной сферы младших школьников с задержкой психического развития.

В соответствии с поставленной целью и условиями эффективной реализации программы нами были определены следующие **задачи**:

- выработка адекватного восприятия ситуации школьного обучения;
- коррекция поведенческих проявлений детей в ситуациях стресса (учебных ситуациях);
- снижение повышенного и высокого уровня тревожности до среднего уровня;
- формирование адекватной самооценки;
- отработку навыков разномодального восприятия с учетом речевых проблем учащихся.

Организация коррекционно – развивающей психологической работы с младшими школьниками с задержкой психического развития базируется на следующих **принципиальных позициях**:

- Принцип единства диагностики и коррекции (всестороннее изучение ребенка – основа для выбора оптимального варианта коррекционной работы);
- Принцип индивидуального подхода к ребенку;

- Принцип доступности (соответствие предлагаемых заданий возрастным возможностям ребенка, особенностям его восприятия и когнитивного функционирования).

Общие положения

Программа разработана для младших школьников с задержкой психического развития (7-10 лет).

Для осуществления этой программы планируется цикл из 33 групповых занятий в первом классе, 34 занятий - во втором и третьем классах.

При разработке программы нами были использованы терапевтические сказки О.В.Хухлаевой, О.Е.Хухлаева, адаптационные занятия для первоклассников С.И.Тукачёвой, программа развивающих занятий в 1, 2, 3 классах «Психологическая азбука» Т.А.Аржакаевой, И.В.Вачкова, А.Х.Поповой, психокоррекционные сказки И.В.Стишенок.

Условия реализации программы

Состав группы – 6 -8 учеников.

Занятия проводятся с регулярностью 1 раз в неделю.

Продолжительность одного занятия – 20 минут.

В программе мы использовали игры и сказки: с помощью воображения происходит расширение опыта ребёнка и реконструкция опыта негативного, травматического. Рисование по сюжету сказок создаёт условия для контакта, внося в атмосферу занятий эмоциональную раскованность, снятие напряжения и положительные эмоции. Подвижные игры учат учащихся внутренней пластике и умению чувствовать осознавать себя, своё тело и свои возможности, а также выражать свои чувства и понимать чувства других людей.

Структура коррекционно – развивающего занятия

Каждое занятие состоит из 3 частей.

Вводная часть включает в себя ритуал приветствия, сообщение задач занятия и разминку.

Основная часть включает в себя прослушивание сказок, рисование по мотивам сказки, творческая работа по мотивам сказки (анализ, рассказывание сказки, сочинение сказки), проигрывание эпизодов сказки; игры и упражнения, способствующие развитию эмоционально – аффективной сферы, совершенствованию коммуникативных навыков, развитию познавательных процессов.

Заключительная часть - подведение итогов, ритуал прощания.

Используемые методы психолого-педагогического воздействия и техники:

- имитационные, подвижные и сюжетно-ролевые игры;
- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- беседа;
- техники и приёмы саморегуляции;
- сказкотерапия (анализ, рассказывание сказки, сочинение сказки, рисование по мотивам сказки).

Правила групповых занятий:

- 1) принятие ребёнка таким, какой он есть;
- 2) следование за ребенком;
- 3) начало и конец занятий должны быть ритуальными, чтобы сохранить у ребёнка ощущение целостности и завершенности занятия;
- 4) в любой игре ребёнку предлагается возможность импровизации;
- 4) каждому ребенку уделяется равное количество внимания.

Условия проведения групповых занятий

Для проведения занятий необходим кабинет, который можно использовать и как традиционный учебный класс, и как игровую комнату. В кабинете должен быть ковёр, столы, которые можно легко передвигать. В зависимости от задач и характера взаимодействия учащихся учебные столы могут быть расставлены в форме круга, составлены попарно. Такая пространственная организация позволяет гибко менять формы работы и даёт возможность каждому ученику чувствовать себя включенным в групповой процесс и вместе с тем сохранять необходимую приватность.

Методическое обеспечение занятий

Для проведения занятий нам потребуются: доска, стенд для вывешивания плакатов, цветные карандаши (фломастеры), краски, кисточки, листы плотной бумаги в достаточном количестве, пальчиковые куклы, плакат «Галерея эмоций», магнитофон.

Ожидаемые результаты

Результатом реализации поставленных в коррекционной программе задач можно считать:

- ✓ снижение уровня тревожности у участников группы в ситуациях школьного обучения;
- ✓ эмоционально положительное отношение к школе, адекватное восприятие ситуации школьного обучения и проявление эмоций в общении со взрослыми и сверстниками;
- ✓ снижение поведенческих проявлений в учебных ситуациях;
- ✓ адекватную самооценку у обучающихся;
- ✓ успешное использование приёмов саморегуляции.

Методы и средства оценки результативности программы

Результативность работы по данной программе можно оценить с помощью следующих методик: тест цветовых отношений Люшера (в обработке Л.А.Ясюковой), тест Р.Тэммл, М.Дорки, В.Амен, методика «Многомерная оценка детской тревожности» (Е.Е.Ромицына), методика исследования самооценки «Лесенки», наблюдение.

Можно предположить, что участие обучающихся в данной программе будет способствовать положительной динамике уровня развития свойств внимания, памяти, мышления и восприятия младших школьников, активизировать их познавательную деятельность.

Тематический план занятий 1, 2 классы

№	Тема занятия	Задачи занятия	Количество часов
1	Давайте познакомимся!	Способствовать установлению контакта между детьми, познакомить детей с правилами поведения на занятии.	1
2	Тайна моего имени	Способствовать осознанию ребенком своего имени.	1
3	Доверие	Развивать сплоченность группы через совместную деятельность. Способствовать созданию дружеской атмосферы. Развивать навыки совместной игры. Способствовать снятию эмоционального и телесного напряжения.	1
4	Имя шепчет волна	Развивать коммуникативные навыки, чувство принадлежности к группе.	1
5	Я люблю...	Развивать потребность в самоанализе и рефлексии. Развивать эмпатию.	1
6	Что вам нравится?	Создать в группе доверительную обстановку, позволяющую детям проявлять свои чувства и говорить о них. Развивать способность детей к рефлексии.	1
7	Подарим друг другу подарок	Обучать детей позитивным способам общения со сверстниками и развитие навыков совместной деятельности.	1
8	Кому подарите свое доброе сердце	Развивать навыки позитивного социального поведения.	1
9	Ладонь, полная солнца	Помочь осознать собственную уникальность.	1
10	Наши эмоции	Развивать способность детей к дифференцированию эмоций.	1
11	Я и мои эмоции	Мотивировать детей на понимание собственных и чужих эмоций. Развивать умение выражать свои эмоции с помощью жестов и мимики; Способствовать осознанию детьми способов выражения эмоций.	1
12	Мы так похожи	Формировать у детей чувство принадлежности к группе,	1

		развивать способность детей к эмпатии.	
13	Мы такие разные	Развивать у детей представления об индивидуальности каждого человека. Помочь осознать различия между людьми.	1
14	Язык жестов и движений	Развивать умение устанавливать и поддерживать контакты, учить понимать своего собеседника по выражению его лица, жестам, движениям тела.	1
15	Дружба	Познакомить детей с понятием «дружба»	1
16	Давайте жить дружно	Формировать у детей чувство принадлежности к группе, умение устанавливать и поддерживать контакты.	1
17	Скажите комплимент	Развивать коммуникативные навыки у детей.	1
18	Путешествие в сказку	Понять ценность и важность партнеров по общению. Помочь осознать важность позитивных взаимоотношений с одноклассниками.	1
19	«Сказка о Котёнке, или Чего мне волноваться?» (1).	Развивать навыки общения. Содействовать сплочению группы. Развивать эмпатию. Способствовать снижению эмоционального напряжения.	1
20	«Сказка о Котёнке, или Чего мне волноваться?» (2)	Развивать воображение. Способствовать снижению эмоционального напряжения.	1
21	Сказка «Медвежонок и Старый Гриб»	Формировать учебную мотивацию. Моделировать новый опыт поведения. Развивать слуховую память, произвольное внимание, воображение.	1
22	Сказка «Ёжики. Учёба».	Формировать учебную мотивацию. Закреплять положительное отношение к школе. Учить детей анализировать поступки других людей.	1
23	Сказка «Золотая рыбка».	Развивать коммуникативные навыки. Обучить детей анализу поступков других людей. напряжения.	1
24	Сказка «Маленький котенок»	Учить преодолевать трудности, возникающие при общении со сверстниками.	1

25	Сказка «Маленький котенок»-2	Учить преодолевать трудности, возникающие при общении со сверстниками.	1
26	Сказка о Воронёнке	Способствовать снижению тревожности и повышению уверенности в себе.	1
27	Сказка «Роза и ромашка»	Способствовать повышению самооценки и уверенности в себе.	1
28	Сказка «Кенгуренок Вася»	Способствовать снижению тревожности, связанной с трудностями в учебе.	1
29	Сказка «Котенок Маша»	Способствовать развитию учебной мотивации, преодолению отрицательного отношения к школе.	1
30	Сказка «Кораблик»	Способствовать развитию учебной мотивации, преодолению отрицательного отношения к школе.	1
31	Я хорошо себя чувствую в своем классе	Развивать позитивное отношение к одноклассникам.	1
32	Я знаю, я умею, я могу (1 класс)	Проанализировать свои изменения. Помочь участникам поверить в свои силы.	1
	Мой класс	Развивать групповую сплоченность.	1
33	Итоговое занятие (1 класс)	Закреплять полученные знания и умения.	1
	Я знаю, я умею, я могу (2 класс)	Проанализировать свои изменения. Помочь участникам поверить в свои силы.	1
34	Итоговое занятие (2 класс)	Закреплять полученные знания и умения.	1

3 класс

№	Название занятия	Задачи занятия	Количество занятий
1	Вводное занятие	Способствовать установлению контакта между детьми, познакомить детей с правилами поведения на занятии.	1
2	Знакомство-раз	Способствовать повышению мотивации у детей на познание себя и одноклассников.	1
3	Знакомство-два	Развивать групповую сплоченность.	1
4	Я уникален!-1	Сформировать у детей представление об уникальности каждого человека.	1
5	Я уникален!-2	Поддержать у детей желание узнать себя и одноклассников.	1
6	Я уверен в себе	Помочь детям осознать свои возможности, навыки, узнать выражения и действия, которые способствуют развитию уверенности в себе, содействовать осознанию детьми собственного мнения.	1
7	Эмоции	Ознакомить детей с содержанием понятия «эмоция». Расширить представления детей об основных эмоциях.	1
8	Наши эмоции	Способствовать осознанию детьми собственных эмоций.	1
9	Мои ощущения	Показать роль ощущений в познании окружающего мира. Ознакомить детей с понятием «ощущение» и с видами ощущений. Развивать осознание различных видов ощущений.	1
10	Мои чувства	Сформировать представление, что с помощью 5 чувств люди могут приобретать новые знания, опыт, познавать мир.	1
11	Мое тело умеет разговаривать-1	Формировать и развивать навыки невербального общения.	1
12	Мое тело умеет разговаривать-2	Учить детей способам саморегуляции.	1
13	Мое дыхание	Сформировать у детей представление, что правильное дыхание важно для жизни. Познакомить детей с основными дыхательными упражнениями.	1
14	Я расслабляюсь	Познакомить детей с упражнениями на расслабление.	1
15	Мне это нравится	Развивать у детей доверие к своим ощущениям. Научить выражать свои пожелания.	1
16	Мне это не нравится	Развивать у детей доверие к своим ощущениям. Научить выражать свои антипатии.	1
17	Зачем нужно знать себя?	Помочь детям осознать собственную уникальность, развивать способность к	1

		самоанализу, к оценке других людей, к рефлексии.	
18	Я работаю над своими недостатками	Помочь детям осознать непривлекательные черты своего характера за счет получения обратной связи от одноклассников. Развитие рефлексивных способностей и способности оценки других людей.	1
19	Я и другие	Дать представление о понятии «успех». Ознакомить детей с условиями достижения успеха, составляющими успеха.	1
20	Я глазами других	Формировать у детей способность к самоанализу. Способствовать желанию самосовершенствоваться.	1
21	Общение	Ознакомить детей с содержанием понятия «общение».	1
22	Общение в жизни человека	Определить роль общения в жизни человека.	1
23	Дружба	Познакомить детей с понятием «дружба».	1
24	Ищу друга	Способствовать преодолению барьеров в общении. Совершенствовать навыки общения.	1
25	Я хорошо себя чувствую в своем классе	Способствовать сплочению класса.	1
26	Учимся вести спор	Научить детей конструктивно решать проблемы.	1
27	Конфликт	Познакомить с понятием «конфликт».	1
28	Почему люди ссорятся	Определить особенности поведения в конфликтной ситуации.	1
29	Предотвращение конфликтов	Развивать умение сотрудничать и решать конфликтные ситуации. Сформировать навыки конструктивного разрешения межличностных конфликтов.	1
30	Умение слушать	Развивать позитивную межличностную коммуникацию. Вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу.	1
31	Умение вести беседу	Ознакомить детей с правилами умения вести беседу. Развивать коммуникативные навыки.	1
32	Пойми меня	Формировать умение понимать друг друга и принимать обратные связи.	1
33	Я знаю, я умею, я могу	Закрепить полученные знания. Помочь участникам поверить в свои силы.	1
34	Итоговое занятие	Обобщить и закрепить полученные знания и навыки.	1

Список использованной литературы.

- 1) Адаптационные занятия с первоклассниками/авт.-сост. С.И.Тукачёва. – Волгоград: Учитель, 2007. – 76с.
- 2) Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1 классе. – М.: Генезис, 2012. – 144с.
- 3) Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий во 2-ом классе. – М.: Генезис, 2012. – 136с.
- 4) Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 3-ем классе. – М.: Генезис, 2013. – 144с.
- 5) Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка». — СПб.: «Издательство СОЮЗ», 2000. — 448 с.
- 6) Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. – СПб.: "Златоуст", 1998. — 352 с.
- 7) Крайнева Е.И. Сказки в обучении студентов педагогических специальностей: учебно-методическое пособие / Е.И.Крайнева; НовГУ им. Ярослава мудрого. – Великий Новгород, 2011. – 81с.
- 8) Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. Практическое пособие. – М.: Генезис, 2010. 5-е изд. – 208с.
- 9) Лабиринт души: Терапевтические сказки / Под ред. О.В.Хухлаевой, О.Е.Хухлаева. – 9-е изд. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2013. – 175 с.
- 10) **Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии.** – СПб.: Речь, 2008. – 224с.

- 11) Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2010. – 400с.
- 12) Мамайчук И.И., Ильина М.Н. Помощь психолога ребёнку с задержкой психического развития. Научно-практическое руководство. – СПб.: Речь, 2004. – 352с.
- 13) Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры: Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: АРКТи, 2003. – 48с.
- 14) Панфилова М.А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры: практическое пособие для психологов, педагогов и родителей/М.А.Панфилова. – М.: Издательство ГНОМ, 2011. – 160с.
- 15) Ромицына Е.Е. Методика «Многомерная оценка детской тревожности». Учебно-методическое пособие. – СПб.: Речь, 2006. – 112с.
- 16) Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении: практ.пособие / Н.П.Слободяник. – 3-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2006. – 256с.
- 17) Стишенок И.В. Сказкотерапия для решения личных проблем / И.В.Стишенок. – СПб.: Речь, 2013. – 141с.
- 18) Хухлаева о.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я: Как сохранить психологическое здоровье дошкольников. – 4-е изд. – М.: Генезис, 2011. – 175с.