



## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психологический опыт работы с детьми ОВЗ показывает, что проблемы учащихся, как учебные, так и коммуникативные, связаны с отсутствием жизненных навыков позитивного самовыражения и взаимодействия с другими в его поведенческом репертуаре. Это создает трудности в школе во время уроков, в общении со сверстниками, дома в общении с семьей. Но самое важное – это появление нарушений в личностном развитии ребенка. Всё это может привести в дальнейшем к противоправному и асоциальному поведению. Уважать того, кто не похож на меня, ставить перед собой цели, понимать, чего ты на самом деле хочешь, справляться с трудностями, завязывать и поддерживать отношения с людьми, понимать причины неудач, принимать решения и воплощать их в поступках – все эти задачи требуют развитого **эмоционального интеллекта**. Ребенку, с ограниченными потребностями сложно ориентироваться в окружающей среде. Интеграция и социальная адаптация учащихся с ОВЗ невозможна без речевого общения и межличностного взаимодействия. При недостаточном владении техникой установления коммуникативного контакта возникают проблемы, связанные с общением, появляются трудности коммуникативного поведения, оказываются расстроенными взаимоотношения между ребёнком, оказавшимся в трудной жизненной ситуации и обществом. Главным социальным институтом для ребенка является школа. Именно она предлагает систему освоения конструктивного общения в коллективе, социального опыта, систему социализации личности, создает условия здоровьесбережения.

У детей с ОВЗ присутствуют проблемы взаимоотношения учащихся с социальным окружением – нормативно развивающимися сверстниками.

Социализация и обучение детей с ОВЗ чрезвычайно затруднена в связи с отсутствием у них навыков межличностного общения и сотрудничества в социуме; отсутствием потребности в таком общении, неадекватной самооценкой, недостаточным толерантным отношением к учащимся с ОВЗ со стороны сверстников.

### **Личностные, коммуникативные, познавательные результаты освоения программы**

#### *Личностные универсальные учебные действия*

У учащегося будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

#### *Познавательные универсальные учебные действия*

Ученик научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы;

- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи.

### ***Коммуникативные универсальные учебные действия***

Ученик научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- формулировать собственное мнение и позицию.

### **Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с ЗПР**

Обучающиеся с ЗПР— это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий<sup>1</sup>.

Категория обучающихся с ЗПР – наиболее многочисленная среди детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и неоднородная по составу группа школьников. Среди причин возникновения ЗПР могут фигурировать органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания, психическая и социальная депривация. Подобное разнообразие этиологических факторов обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений — от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих отграничения от умственной отсталости.

Актуальность проблемы, ее социальная и практическая значимость определили **цели** психолого-педагогической деятельности:

- помощь детям в решении жизненных задач их возраста;
- развитие эмоционального интеллекта учащихся;
- обучение умениям, которые характеризуют компетентное социальное поведение человека определенного возраста
- оказание действенной психологической помощи школьникам при формировании способности к предварительному профессиональному самоопределению;
- повышение уровня психологической компетентности учащихся в вопросах профессиональной жизни.

#### **Задачи программы:**

- дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого – «ведущего» и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;
- создать возможность получения детьми опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;
- передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам;
- обсуждение ценностей и принципов, лежащих в основе выбора «правильного» способа решения той или иной задачи;
- научить детей делать выбор в сторону наиболее адекватного способа решения жизненных задач;
- учить детей видеть разные стратегии поведения в конфликтах и выбирать для каждого свои;
- научить отстаивать свои границы, находить свое место в группе, распознавать, в каких случаях нарушаются их права;

-научить распознавать барьеры в общении, как можно с ними справиться.

Коррекционно-развивающая программа « **Познай самого себя**» составлена для подростков на основе программ «Тропинка к своему Я»(авт.О.В Хухлаева, 7-8 класс),»Счастливый подросток»(авт. О.Хухлаева,Т.Кириллина,О.Федорова), «Твоя профессиональная карьера»( авт.М.С.Гуткин и др.)

Количество занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятий 25-35 минут, всего 34 занятия.

## **2.Тематическое планирование психологических занятий с обучающимися с ОВЗ.**

№ п/п	Содержание программы	Кол-во часов	В том числе теория	В том числе практика
1	Введение. Диагностика : тест на определение особенностей характера.	1	0.5	0.5
2	Какой я? Я и мои роли.	1	1	
3	Я среди людей. Кто я и как я выгляжу?	1	0.5	0.5
4	Мои эмоции: полезные и вредные	1	0.5	0.5
5	Зачем нам чувства? Способы выражения чувств	1	0.5	0.5
6	Культура нравственности. Управляем своим состоянием	1	0.5	0.5
7	Как превратить недостатки в достоинства?	1	1	
8	Познаем себя – познаем других	1	0.5	0.5
9	Мои эмоции: полезные и вредные	1		1
10	Наши чувства в конфликте	1	1	
11	Стратегии поведения в конфликте. Учимся сотрудничеству	1	1	
12	Наш класс. Учимся быть толерантными	1	1	
13	Учусь общаться. Отношение к старшим	1	0.5	0.5
14	Вежливость и этикет. Культура поведения человека	1	1	
15	Тренируем конструктивное поведение в конфликте. Конфликты проходят, отношения остаются	1	0.5	0.5
16	Ответственность и принятие решений	1	1	
17	Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых	1	1	
18	Я в ответе за свое будущее	1	1	
19	Ты и твоё здоровье	1	1	
20	Я глазами других	1	0.5	0.5

21	Управляю своим состоянием	1	0.5	0.5
22	Удовольствие в игре. В здоровом теле – здоровый дух!	1	0.5	0.5
23	Кто Я? Какой Я? Какой бывает характер?	1	0.5	0.5
24	Незаконченные предложения.	1		1
25	Интересы и склонности в профессиональном выборе. Возможности личности профдеятельности.	1	0.5	0.5
26	Профессиональная карьера в здоровье. «ДДО», «Мотив выбора профессии».	1	0.5	0.5
27	Свойство нервной системы в профессиональной деятельности. Темперамент в профессиональном становлении личности. «Самооценка».	1	0.5	0.5
28	Ведущие отношения личности в профессии. Несуществующее животное»(тревожность, самооценка, агрессивность).	1	0.5	0.5
29	Эмоционально-волевые качества личности. «Уровень развития памяти» (наглядно-образная, слуховая), «Тип восприятия»..	1	0.5	0.5
30	Человек среди людей: межличностные взаимоотношения.	1	0.5	0.5
31	Способность к запоминанию и быть внимательным.	1	0.5	0.5
32	Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда. Определение уровня мыслительной деятельности.	1	0.5	0.5
33	Взаимосвязь типа личности и сферы профессиональной деятельности.	1	0.5	0.5
34	Тест «Мое дерево». Самооценка.	1		1
	Всего	34	20.5	13.5

### Используемая литература:

- 1.О.В.Хухлаева. «Счастливый подросток». Эсмо.2000.
- 2.Твоя профессиональная карьера. М.С.Гуткин и др.2006.»Просвещение»
- 3.Тропинка к своему Я.О.В. Хухлаева.ФГОС .7-8 класс.Москва.2018.»Генезис».