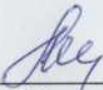


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Управление образования администрации Тайшетского района
МКОУ СОШ № 16

РАССМОТРЕНО Руководитель ШМО  Вахрушева О.В. Протокол № 2 От 29.08.2023	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Ефимова.Г.В.	УТВЕРЖДЕНО Директор  Муסיфулина М.Ш.
---	---	--



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности

для обучающихся с интеллектуальными нарушениями

5-6 класс

«Весёлый песок»

Бирюсинск, 2023

Пояснительная записка

Сегодня очень модно делать из детей вундеркиндов, уже с первых лет жизни загружая их по полной программе всевозможными занятиями. Наши дети живут в условиях многочисленных ограничений – это и называется воспитанием. Мы, взрослые, решаем, что можно, а что нельзя. В детском саду, в школе, тоже действует директива по отношению к личности ребёнка, затем появятся взрослые социальные институты. Где же ребёнок сможет позволить себе просто «быть» - быть самим собой, быть творческим, мечтать, фантазировать, создавать? Именно такое сочетание приведёт к тому, что вырастет творческая личность, способная искать и находить выходы из любых ситуаций, верить в свои силы, оценивать свои возможности, ценить своё мнение.

Где найти пространство, чтобы выразить все те импульсы и переживания, которые зарождаются внутри, но не имеют выхода наружу? Ведь именно невыраженные эмоции являются причиной психосоматических заболеваний, приводят к срывам, неврозам, замыканию в себе.

Такое пространство, в котором дети могут выразить в самой естественной для них форме (игре, рисунке) свои страхи, желания, обиды, сомнения и злость, волнения и мечты – предоставляет курс занятий «Весёлый песок».

Песок – уникальный природный материал. Его податливость провоцирует желание творить. Ящик с песком, сухим или влажным, на выбор ребёнка. Коллекция фигурок. Всё это с виду напоминает игру. Но это обманчивая простота. Песок и символы делают видимой внутреннюю картину переживаний, что приносит примирение и облегчение. Песочная терапия как объясняет, так и раскрепощает, потому что помогает осознать то, что заблокировано вербально. Открывает двери таинственным силам психики, восстанавливающим порядок и гармонию.

Таким образом, можно смело рекомендовать занятия по песочной терапии детям:

- с психосоматическими расстройствами;
- с невротическими расстройствами;
- имеющим психотравмирующий опыт (развод родителей, смерть близкого человека, переезд в другой город, переход в 5 класс, рождение брата или сестры);
- с признаками школьной дезадаптации, сложными отношениями со сверстниками;
- с повышенным уровнем тревожности, страхами, агрессивностью;
- с низкой самооценкой, зажатым, стеснительным.

Цель курса «Весёлый песок»: способствовать психическому и личностному росту ребенка через создание зоны ближайшего развития.

Задачи:

- стабилизировать эмоциональное состояние ребенка;
- вызвать состояние покоя, чувство уверенности в себе, защищенности и возможности побыть самим собой;
- формировать позитивное отношение к своему «Я»;
- формировать позитивное отношение к сверстникам;
- развивать навыки социального поведения;

- совершенствовать умения и навыки практического общения, используя вербальные и невербальные средства;
- способствовать проявлению эмпатии;
- развивать фантазию и образное мышление;
- побуждать детей к активным действиям и концентрации внимания;
- использовать метод песочной терапии в диагностических целях.

Федеральный базисный план отводит 34 часа для внеурочной работы из расчёта 1 час в неделю. В соответствии с этим в 2023 – 2024 учебном году в МКОУ СОШ № 16 г.Бирюсинска реализуется программа внеурочной работы «Веселый песок» в объеме 34 часа.

Программа составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от « 6 » октября 2009 г. № 373)
2. Методических рекомендаций об организации внеурочной деятельности при введении федерального образовательного стандарта общего образования (письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011 г. № 03-296);
3. Письмо Минобрнауки РФ от 12.05.2011 №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»
4. Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
5. Федеральный государственный стандарт основного общего образования (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897).
6. Основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа. Под ред. Воронцова — М.: Просвещение, 2013

Структура курса:

Первый этап занятия направлен на изучение личностных особенностей, склонностей, интересов и способностей учащихся 5-6 классов. В ходе психологического исследования определяется: доминирующий мотив учения, мотивация успеха, уровень самооценки, уровень тревожности, свойства темперамента, эмоциональный интеллект. На основе результатов исследования составляется заключение о личностных качествах и учебных предпочтениях учащегося.

Второй этап предполагает проведение упражнений с песком и миниатюрными фигурками, имеющими символическое значение. Использование методов песочной терапии дает воспитаннику возможность собрать собственный уникальный образ картины своего мира, повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития себя, как личности. После упражнений проводится индивидуальная консультация, в ходе которой под руководством психолога вырабатывается навык целеполагания и планирования. В заключение занятия психолог получает обратную связь от учащегося. После её получения психолог предлагает ребёнку сфотографировать свою работу или сфотографироваться вместе со своей работой. Дается рекомендация поместить снимок дома на видное место, чтобы всегда помнить о том, к чему следует стремиться. На этом занятие заканчивается.

В результате прохождения курса происходит:

- установление ребёнком собственных особенностей, черт, качеств, возможностей, способностей;
- выбор критериев, норм оценивания себя;
- определение своих наличных уже имеющихся к сегодняшнему дню качеств, принятие или непринятие себя;
- предвосхищение своих завтрашних потенциальных качеств;
- построение своих целей, задач, планов (близких, средне отдалённых, отдалённых) для развития у себя необходимых качеств, для принятия себя: чего я хочу и как я намерен действовать.

Содержание учебного предмета

№	Наименование раздела/темы	Количество часов	Содержание
1	Знакомство с песком	2	Изучаемые разделы. Цели и задачи песочной терапии. Планируемый результат.
2	Что я знаю о себе?	5	Темперамент. Самооценка. Тревожность. Доминирующие мотивы учения. Мотивация достижения. Обратная связь.
Планируемые результаты обучения после 2 раздела		<p>Предметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Представление о своих индивидуальных особенностях. 2. Формирование представления об особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни. <p>Личностные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик; 2. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни. <p>Метапредметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата; 2. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; 	
3	Личностное самоопределение	26	Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие

		<p>чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.</p> <p>Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа.</p> <p>Я в семье. Я в обществе. Я в школе. Образ педагога.</p>
<p>Планируемые результаты обучения после 3 раздела</p>		<p>Предметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование представления о своих способностях. 2. Формирование представления об эффективном применении своих способностей в обыденной жизни. <p>Личностные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества. 2. Стремление к поиску наиболее эффективных способов развития своих способностей. 3. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности. <p>Метапредметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Умение соотносить знания о своих способностях с планируемыми результатами деятельности, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; 2. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; 3. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность

			с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
4	Заключение «Я – личность»	1	Обобщение основных аспектов проблем самоопределения личности. Получение обратной связи.

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	В том числе практические работы
1.	Введение «Знакомство с песком»	2	
2.	Что я знаю о себе?	5	5
3.	Личностное самоопределение	26	26
4.	Заключение «Я-личность»	1	
Итого:		34	31

Календарное тематическое планирование

№ занятия/дата проведения	Тема занятия	Осваиваемые учебные действия (умения) и модели	Форма проведения	Кол-во часов
1	Введение. Знакомство с песком.	Установление доверительных отношений с психологом	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	2
2	Схема наблюдения свойств темперамента, проявляющихся в поведении	Составление целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик	Проведение диагностической методики. Индивидуальная беседа.	1
3	Анкета «Определение доминирующих мотивов учения»	Составление целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик	Проведение диагностической методики. Индивидуальная беседа.	1

4	Диагностика мотивации достижения (А.Мехрабиан)	Составление целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик	Проведение диагностической методики. Индивидуальная беседа.	1
5	Тест «Самооценка» (автор Ганс Айзенк)	Составление целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик	Проведение диагностической методики. Индивидуальная беседа.	1
6	Диагностика тревожности (М.А. Прихожан)	Составление целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик	Проведение диагностической методики. Индивидуальная беседа.	1
7	Пещера	Осознание и принятие положительных и отрицательных качеств своей личности	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
8	Вулкан	Работа с проявлением своей злости и агрессии	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
9	Моя страна	Умение взаимодействовать с другими не нарушая границ	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
10	Необитаемый остров	Определение потребности в значимых близких	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
11	Моё желание	Осознание своих актуальных потребностей	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
12	Скульптура семьи	Определение места ребенка в семье	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
13	Мой класс/школа/учитель	Выявление отношения к составляющим	Индивидуальная беседа. Практическая	1

		учебного процесса и уровня школьной тревожности	работа.	
14	Дорисуй свою деталь	Умение взаимодействовать с другими не нарушая их границ	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
15	Мой страх	Выявление и проработка собственных страхов	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
16	Необычный автопортрет	Осознание своих актуальных потребностей	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
17	Остров конфликтов	Формирование правильной стратегии поведения в споре	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
18	Я - ученик	Выявление отношение к себе как к ученику 1 класса	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
19	Рисование в паре с другом	Развитие способности лучшего понимания себя и других	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
20	Мой герой	Определение образов в сознании ребёнка, которым он стремится подражать	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
21	Кактус	Выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
22	Детские тайны открывает сказка	Выявления у ребенка неоправданной тревожности или страха, а также невысказанных желаний и	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1

		ожиданий		
23	Волшебный мир	Изучение потребностей, значимых переживаний и проблем ребенка	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
24	Заданная сказочная ситуация	Выявления наиболее глубоких, неосознаваемых представлений ребенка о самом себе, членах своей семьи, для выявления потребностей ребенка, его значимых переживаний и проблем, характера, отношения к окружающим	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
25	Несуществующее животное	Диагностика личностных особенностей	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
26	Коллаж мечты	Осознание своих актуальных потребностей. Мотивация к достижению целей.	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	1
27	Чему учит сказка? - Изгой - Сквернослов	Развитие умения понимать свои чувства и чувства других людей, укрепление структуры «Я», снятие психологических зажимов, тревожности, неуверенности в себе.	Практическая работа в малой группе.	1
28	Чему учит сказка? - Ревнивец - Капризуля	Развитие умения понимать свои чувства и чувства других людей, укрепление структуры «Я»,	Практическая работа в малой группе.	1

		снятие психологических зажимов, тревожности, неуверенности в себе.		
29	Чему учит сказка? - Драчун - Хвастун	Развитие умения понимать свои чувства и чувства других людей, укрепление структуры «Я», снятие психологических зажимов, тревожности, неуверенности в себе.	Практическая работа в малой группе.	1
30-31	Я в образе животных	Проживание своих чувств через образ животных, знакомство с различными качествами личности и раскрытие их положительных и отрицательных аспектов.	Индивидуальная беседа. Практическая работа.	2
32-33	Песочная графика	Снятие эмоционального напряжения за счёт тактильного контакта с песком.	Практическая работа.	2
34	Заключение «Я – личность»	Обобщение основных аспектов проблем самоопределения личности.	Индивидуальная беседа.	1

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Весёлый песок»

Личностные результаты:

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
- формирование мотива самопознания и саморазвития;
- осознание себя и своего места в жизни.

Метапредметные результаты:

- наличие позитивного образа Я: абсолютное принятие человеком самого себя при достаточно полном знании самого себя;
- развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.
- формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Предметные результаты:

- освоение важных для младшего школьного возраста психологических понятий;
- освоение методов и приемов познания себя.

Список литературы

1. Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов. Локалова Н.П. — М.: «Ось-89», 2006.
2. Преодоление тревожности и страхов у первоклассников: диагностика, коррекция/ Г.Г. Моргулец, О.В. Расулова. – Изд.2-е – Волгоград: Учитель, 2014.-143 с.
3. Психологическая азбука. Начальная школа (Первый, второй, третий год обучения). / Под ред. И.В. Вачкова – М.: Издательство «Ось -89», 2003.
4. Программа занятий по развитию творческого мышления и профилактике школьной тревожности у младших школьников «Маленький волшебник». Психологическая поддержка младших школьников: О.Н. Рудякова., Волгоград: Учитель, 2008.-89 с.
5. Г.Г. Моргулец, О.В. Расулова «Преодоление тревожности и страхов у первоклассников»Преодоление тревожности и страхов у первоклассников: диагностика, коррекция/ Г.Г. Моргулец, О.В. Расулова. – Изд.2-е – Волгоград: Учитель, 2014.-143 с.
6. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я (уроки психологии в начальной школе)
7. (Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). – М.: «Генезис», 2014.
8. Г.Н. Эль «Человек, играющий в песок». — СПб.: Речь, 2010.-208 с.
9. Кальмова С.Е., Орлова Л.Ф., Яворовская Т.В. Сенсорная комната – волшебный мир здоровья: Учебно-методическое пособие / Под ред. Л.Б. Баряевой. – СПб.: НОУ “СОЮЗ”, 2006. – 87с.
10. О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев. «Лабиринт души» Терапевтические сказки, 11-е изд.- М.: Академический Проект, 2014.-175 с.
11. Е.Т. Ткачева «Психотерапевтические сказки для взрослых и детей». Изд-2-е- Ростов н/Д: Феникс, 2015.-93 с.
12. М.В. Киселева «Арт-терапия в психологическом консультировании»Учебное пособие/ М.В. Киселева, В А. Кулганов. — СПб. : Речь,2014.-64 с.
13. М.В. Киселева « Арт-терапия в работе с детьми».Руководство для детских психологов, педагогов, врачей, специалистов, работающих с детьми/ М.В. Киселева.- СПб.: Речь, 2014.- 160 с.
14. Л.В Прикуль «Психологический практикум и тренинг: профилактика насилия в семье и школе»/ Л.В. Прикуль. – Волгоград: Учитель, 2009. – 217 с.
15. Т.Е. Корепанова «Программа «Поверь в себя»» Социальная адаптация учащихся 5-9 классы: программы, планирование, тематические занятия/ авт.-состав. С.А. Родионова, Т.А. Корепанова. – Волгоград: Учитель: ИП Гринин Л.Е., 2015. – 265 с.