

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ЦПМСС Красносельского района)**

**Утверждаю**

Исполняющий обязанности директора

\_\_\_\_\_ И.С. Седунова

«    » \_\_\_\_\_ 2021 г.

**Рабочая программа**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
**Коррекция проблемного поведения и развитие адаптационных  
возможностей ребенка к обучению в школе**

для обучающихся 3 класса ГБОУ №678

Срок реализации – 10 часов

Группа №2

Составитель: Афанасьева Т.М., педагог-психолог

Санкт-Петербург

2021

## Пояснительная записка

Рабочая программа «Коррекция проблемного поведения и развитие адаптационных возможностей ребенка к обучению в школе» составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-педагогической направленности «Коррекция проблемного поведения и развитие адаптационных возможностей ребенка к обучению в школе». Уровень освоения программы – общекультурный.

### Актуальность

Основа успешного обучения и поведения, а также эмоционального благополучия ребенка в школе закладывается в самом начале школьной жизни. Данная программа направлена на коррекцию психологических трудностей ребенка в период обучения в начальной школе и предназначена для работы с детьми, испытывающими трудности в приспособлении к новой социальной среде.

Одним из важнейших проявлений развития ребенка является усвоение им требований общества и развитие психологических качеств, необходимых для функционирования как общественного существа. Этот аспект развития описывается как *процесс социализации*. Процесс социализации представляет собой в широком смысле усвоение ребенком норм общества, в более узком – соответствие требованиям и ожиданиям ближайшего окружения. В самом общем виде его определяют как «влияния среды в целом, которые приобщают индивида к участию в общественной жизни, учат его пониманию культуры, поведению в коллективах, утверждению себя и выполнению различных социальных ролей» (1, с.133). Важность и сложность этого процесса определяют объективные и субъективные трудности на пути социализации и для взрослых, несущих ответственность за ребенка, и для самого ребенка. Объективные трудности связаны с наличием или отсутствием необходимых условий, прежде всего семейных, для прохождения каждого этапа социализации. Отсутствие необходимых внешних условий приводит к формированию дезадаптивных форм поведения. Но и вполне благоприятное внешнее окружение не отменяет субъективных трудностей детей на пути социализации. Более сложные сочетания факторов развития могут быть источником противоречий в развитии внутреннего мира ребенка.

В младшем школьном возрасте для социализации ребенка важнейшее значение приобретает школа. Возможны различные варианты нарушений школьной адаптации у детей, испытывающих трудности в процессе социализации. В начальной школе такие затруднения испытывают дети с низким уровнем социализации, активно противостоящие требованиям социального окружения, а также дети с гиперсоциальными тенденциями, «слишком правильные».

Трудности и неудачи в межличностных отношениях, переживаемые детьми, могут привести к искажениям в развитии их личности, в частности, к искажению самооценки. Такие изменения самооценки приводят к искажению представлений о себе, «я-концепции».

Психологическая помощь, оказанная на ранних этапах формирования дезадаптивных форм поведения и неадекватных представлений ребенка о себе, улучшает адаптацию детей, способствует их развитию в целом.

Это и определяет актуальность и **практическую значимость** данной рабочей программы.

**Цель:**

Оказание психолого-педагогической коррекционно-развивающей помощи учащимся младшего школьного возраста с проблемами школьной и социальной адаптации.

**Задачи:**

**1. Обучающие**

- 1.1. Развитие общей осведомленности, расширение лексического запаса.
- 1.2. Формирование у детей навыков самоконтроля.
- 1.3. Формирование и развитие навыков произвольной регуляции деятельности.

**2. Развивающие**

- 2.1. Оптимизация структуры школьной мотивации.
- 2.2. Создание положительной мотивации к учебной деятельности.
- 2.3. Коррекция эмоциональных состояний. Развитие способности лучше понимать, осознавать, контролировать и выражать свои чувства.
- 2.4. Снятие чрезмерного эмоционального напряжения, тревожности.
- 2.5. Формирование позитивной «Я-концепции» и адекватной самооценки детей.

**3. Воспитательные**

- 3.1. Развитие коммуникативных навыков, навыков совместной деятельности.
- 3.2. Формирование у детей навыка подчинять свои желания требованиям коллективной работы, общественным нормам.
- 3.3. Формирование культуры общения и поведения в социуме.
- 3.4. Формирование навыков здорового образа жизни.
- 3.5. Профилактика формирования нежелательных негативных тенденций в поведении и характере ребенка.

**Отличительной особенностью программы** является сочетание в формах работы работы в круге с занятиями, по форме приближенными к школьным урокам.

**Адресат программы:** обучающиеся 3 класса ГБОУ №678.

У 100% детей, включенных в группу, патологически низка скорость переработки информации. 34% детей даже при крайне низкой скорости работы не могут с достаточной точностью выполнить инструкцию, воспринятую на слух, в условиях групповой работы. Таким образом, у этих детей недостаточно развиты процессы внимания, способности произвольной регуляции интеллектуальной деятельности, навыки совместной с одноклассниками деятельности.

40% детей характеризуются нестабильностью психофизиологического баланса, склонны к усталости и переутомлению в процессе учебной деятельности. У 20% детей негативные эмоции преобладают в фоне настроения.

80% детей характеризуются положительным отношением к школе. Однако школа привлекает их внеучебными сторонами. Эти учащиеся достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако чаще ходят в школу, чтобы общаться с друзьями, с

учителем. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени и учебный процесс их мало привлекает.

Таким образом, дети, включенные в группу, характеризуются снижением адаптационных возможностей к школьному обучению.

**Срок реализации программы – 10 часов.**

### **Реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий**

В целях обеспечения безопасных условий реализации программы в ситуации распространения коронавирусной инфекции возможна реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий. Учебные и контрольно-измерительные материалы направляются для самостоятельной работы обучающихся на адрес электронной почты родителей детей, зачисленных в группу, а также на адрес электронной почты классного руководителя для размещения в родительской группе ВКонтакте.

Направляемые материалы сопровождаются подробной инструкцией, предусматривающей использование информации неспециалистами.

Обратная связь устанавливается по электронной почте с представлением фото или видеоматериалов в соответствии с техническими возможностями родителей обучающихся.

### **Ожидаемые результаты программы**

#### ***Личностные результаты освоения учащимися программы:***

1. Формирование гуманистических ценностных ориентаций.
2. Формирование целостного взгляда на мир, в том числе на внутренний мир человека.
3. Развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
4. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
5. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
6. Формирование мотивации к творческому труду, работе на результат, к ЗОЖ.

#### ***Метапредметные результаты освоения программы:***

1. Формирование способности принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств ее осуществления.
2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха, гармонизация эмоционально-волевых качеств.

4. Развитие умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

5. Формирование начальных форм познавательной и личностной рефлексии.

***Предметные результаты освоения программы:***

1. Развитие способности к самоконтролю и саморегуляции.
2. Способность активно использовать речевые средства для решения коммуникативных и познавательных задач.
3. Формирование способности слушать собеседника и вести диалог, излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

## **Содержание программы**

**Введение (1 час).** Установление контактов с учащимися. Знакомство. Создание мотивации к участию в групповой работе в соответствии с целями и задачами.

Знакомство с правилами поведения в группе.

**Групповое психодиагностическое обследование** особенностей эмоционально-волевой, личностной и мотивационной сферы.

Формирование представлений о целях и задачах групповой деятельности.

Актуализация коммуникативных умений, навыков поведения в соответствии с общекультурными нормами; навыков работы по инструкции взрослого.

Беседа. Тестирование.

**Тема 1 (1 час). «Знакомство»**

Повторение правил поведения в группе. Самоидентификация. Игры на развитие внимания и коммуникативных навыков. Формирование позитивного отношения к себе.

Психогимнастика. Упражнение. Работа с камешками Марблс, природным материалом. Тематическое рисование.

**Тема 2 (1 час). «Учимся внимательно слушать и точно выполнять инструкцию»**

Упражнения на концентрацию внимания. Индивидуальные задания на выполнение инструкции. Овладение основами работы над заданиями на слушание и выполнение инструкции. Психогимнастика.

**Тема 3 (1 час). «Учимся преодолевать страх»**

Работа с эмоциями. Развитие умения осознавать и выражать тревогу и страх. Игры на развитие внимания, памяти и коммуникативных навыков. Развитие умения работать по инструкции.

Упражнения. Беседа. Тематическое рисование. Разыгрывание этюдов.

**Тема 4 (1 час). «Учимся выражать гнев и доводить дело до конца»**

Работа с чувством гнева. Развитие умения осознанно и конструктивно выразить гнев. Игры на развитие внимания, вербально-логического мышления и коммуникативных навыков. Развитие умения доводить дело до конца при выполнении заданий по инструкции. Формирование чувства умелости и компетентности.

Упражнения. Игра. Беседа. Чтение сказки. Тематическая лепка. Разыгрывание этюдов.

**Тема 5 (1 час). «Учимся выражать обиду. Учимся точно и быстро выполнять инструкции»**

Работа с чувством обиды. Развитие умения осознанно и конструктивно выразить обиду. Выполнение заданий по инструкции. Развитие навыков выполнения заданий по инструкции в группе. Психогимнастика.

Упражнения. Работа с цветным песком. Игра. Беседа. Тематическое рисование. Разыгрывание этюдов.

**Тема 6 (1 час). «Что делать, когда грустно? Учимся творчески мыслить»**

Работа с чувством печали, грусти. Упражнения на развитие оригинальности мышления. Развитие у детей способности к конструктивному самовыражению. Работа с песком, лепка. Получение позитивного опыта принятия группой личности ребенка и результатов его творческой деятельности.

Психогимнастика. Упражнения. Игра. Беседа. Тематическое рисование. Разыгрывание этюдов.

**Тема 7 (час). «Как поделиться радостью?»**

Работа с чувствами. Развитие у детей способности к осознанию и выражению эмоций в процессе творческой деятельности. Слушание и выполнение заданий по инструкции. Закрепление навыков выполнения заданий по инструкции. Упражнения на развитие мышления, памяти, внимания.

Психогимнастика. Беседа. Чтение сказок. Упражнения.

**Тема 8 (1 час). «Завершение работы»**

Совместная художественная композиция. Подведение итогов работы группы. Обмен впечатлениями. Закрепление позитивных установок в общении и учебно-познавательной деятельности.

Чтение сказки. Беседа. Упражнение.

**Завершающее групповое психодиагностическое обследование (1 час)** особенностей эмоционально-волевой, личностной и мотивационной сферы, значимых для учебной деятельности.

Беседа. Тестирование.

**Календарно-тематическое планирование  
рабочей программы коррекционно-развивающих занятий  
«Коррекция проблемного поведения и развитие адаптационных  
возможностей ребенка к обучению в школе»  
в группе №2**

№ занятия	№ темы Наименование темы и содержание занятия	Кол-во часов	Даты занятий	
			План	Факт
Занятие 1	Введение Групповое психодиагностическое обследование («0»-срез)	1	21.09.2021	
Занятие 2	Тема 1. «Знакомство»	1	28.09.2021	
Занятие 3	Тема 2. «Учимся внимательно»	1	05.10.2021	

	слушать и точно выполнять инструкцию»			
Занятие 4	Тема 3. «Учимся преодолевать страх»	1	12.10.2021	
Занятие 5	Тема 4. «Учимся выражать гнев и доводить дело до конца»	1	19.10.2021	
Занятие 6	Тема 5. «Учимся выражать обиду. Учимся точно и быстро выполнять инструкции»	1	09.11.2021	
Занятие 7	Тема 6. «Что делать, когда грустно? Учимся творчески мыслить»	1	16.11.2021	
Занятие 8	Тема 7. «Как поделиться радостью?»	1	23.11.2021	
Занятие 9	Тема 8. «Завершение работы»	1	30.11.2021	
Занятие 10	Подведение итогов. Завершающее групповое психодиагностическое обследование	1	07.12.2021	
<b>ИТОГО</b>		<b>10 часов</b>		

### Методическое обеспечение программы

#### Методические разработки и психодиагностические методики

1. Разработки коррекционно-развивающих занятий.
2. Методики исследования особенностей эмоционально-волевой сферы детей младшего школьного возраста для оценки результативности программы:
  - 2.1. тест М. Люшера
  - 2.2. тест «Несуществующее животное»
  - 2.3. тест «Человек под дождем»
  - 2.4. методика оценки школьной мотивации учащихся начальных классов.
3. Методика для оценки способности к напряженной деятельности в условиях группы, способности следовать инструкции, навыков регуляции психической деятельности – тест Тулуз-Пьерона.

#### Литература

1. Алан Дж. Ландшафт детской души. – СПб-Минск, 1997.
2. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 160 с.
3. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб: Речь, 2006. – 160 с.
4. Князева Т.Н. Я учусь учиться. Психологический курс развивающих занятий для младших школьников. – М.: АРКТИ, 2004. – 216 с.
5. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – М.: Генезис, 2000. – 192 с.

6. Назарова А.Г. Игротренинг: методическое пособие для работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб, 2001. – 103 с.
7. Рахманкулова Р. Программа работы по профилактике и коррекции школьной дезадаптации у первоклассников //«Школьный психолог» №18, 2003 г.
8. Романов А.А. Коррекция расстройств поведения и эмоций у детей. – М.: Плэйт, 2001.
9. Романова Е.В., Сытько Т.И. Проективные графические методики. Методические рекомендации. В 2-х частях. – СПб,1992.
10. Степанова М.И. Образовательная нагрузка дошкольников: взгляд гигиениста// Вестник образования России. Декабрь, №24, 2004. – с.33 – 41.
11. Светланава И.А. Психологические игры для детей. – Р н/Д: Феникс, 2014. – 188 с.
12. Хухлаева О. Хочу быть успешным: Методическое пособие / О. Хухлаева. – М.: Чистые пруды, 2005. – 32 с.
13. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И.Буянова. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с.

### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
2021-2022 год	21.09.2021	07.12.2021	9	10	1 раз в неделю