Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

**** «Чагодская средняя общеобразовательная школа»

**Общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

 **по внеурочной деятельности**

 ***«Познай себя»***

**коммуникативная деятельность**

для 1-4 классов

дети с ОВЗ

 Составитель программы: педагог - психолог

 Цуканова И.А.

**Пояснительная записка**

 Рабочая программа по внеурочной деятельности**«Познай себя»**для обучающихся с ОВЗ разработана на основе нормативных документов и материалов:

* Конвенция ООН о правах ребенка;
* Конвенция ООН о правах инвалидов;
* Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации»
* Примерной  адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с лёгкой  умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 22 декабря  2015 г. № 4/15)
* Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого  приказом Министра  образования и науки  Российской Федерации  от 17  декабря 2010 г. № 1897;
* Приказа № 1527 от 12.03.2014 года «О деятельности педагога – психолога в образовательных организациях Алтайского края»;
* Приказа №104/1 от 06.10.2014 года комитета по образованию Алтайского края Локтевского района «Об организации психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации в образовательных организациях Локтевского района»;
* Программы коррекционной работы в школе: Психолого – педагогическое обеспечение образовательного процесса. Нейропсихологическая диагностика, профилактика и коррекция в школе / А.В.Семенович. – М. : Дрофа, 2015.

При планировании   учитывались  возрастные особенности  подростков 12-14 лет и  рекомендации  Программы коррекционной работы в школе: Психолого – педагогическое обеспечение образовательного процесса. Нейропсихологическая диагностика, профилактика и коррекция в школе          / А.В.Семенович. – М. : Дрофа, 2015.

Данная  программа является  частью системы  учебно – воспитательной  работы   школы  и составлена в соответствии с целями и задачами обучения и воспитания детей с ОВЗ.  Она  ориентирована  на  успешную  интеграцию  каждого ребёнка с ОВЗ  в обществе сверстников. Коррекционная направленность программы  предполагает:

-  учет индивидуально-психологических особенностей каждого обучающегося;

- выбор средств и приёмов, позволяющих наиболее эффективно формировать воспитательное пространство,  что ведёт к развитию личности.

Подросток  учится жить по законам общества, бережно относиться к окружающему миру, ценить собственное здоровье и здоровье близких, задумываться о самовоспитании. В связи  с этим  программа воспитания и социализации  ставит такие цели и задачи:

**Цель:**

* практическая подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни и трудовой деятельности в ближайшем и более отдаленном социуме.

**Задачи:**

* расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни;
* формирование и развитие навыков самообслуживания и трудовых навыков, связанных с ведением домашнего хозяйства;
* ознакомление с основами экономики ведения домашнего хозяйства и формирование необходимых умений;
* практическое ознакомление с деятельностью различных учреждений социальной направленности; формирование умений пользоваться услугами учреждений и предприятий социальной направленности;
* усвоение морально-этических норм поведения, выработка навыков общения (в том числе с использованием деловых бумаг);
* развитие навыков здорового образа жизни; положительных качеств и свойств личности.

**Своеобразие развития детей с ОВЗ**  обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. Нарушение процессов  ощущения, восприятия, представления, воображения, мышления, памяти и внимания отличает данных детей от сверстников. Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обусловливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми. Индивидуальные и групповые коррекционные занятия помогают сбалансировать недостатки личностного развития подростка, способствуют более лёгкой адаптации его в обществе сверстников.

Программа  ориентирована на обучающихся начальной школы  6 - 10 лет.   Календарный учебный график для   каждого класса  содержит  по  34 учебных часа, из расчёта  по 1 часу в неделю.  Дети с ОВЗ из этих классов посещают  коррекционные занятия  педагога – психолога  1 раза в неделю. Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы:

- ритуал приветствия,

- разминку,

- основное содержание,

- рефлексию по поводу данного занятия,

- ритуал прощания.

     В ходе работы используются:

-  игровые методы,

-  метод обсуждения темы в вопросно – ответной форме,

-  ролевые игры,

-  работа в парах,

-  арт - терапия в различных её видах (рисуночная терапия, музыкотерапия, творческое рассказывание,

-  сказкотерапия,

-  метод аутогенной тренировки,

-  психогимнастика.

Огромную помощь здесь окажет такой вид работы, как чтение произведений по изучаемой теме, обсуждение характеров и поступков героев. Получая знания, обучающиеся будут отрабатывать навыки чтения, анализа произведений.

В предыдущем учебном году обучающиеся посещали  коррекционные занятия  по темам: «Эмоционально – волевое развитие личности»  и  «Познай себя». В результате  бесед, психодиагностик  были выявлены имеющиеся у детей проблемы по личностному развитию, здоровьесбережению, правовому воспитанию, общению в социуме, трудовому воспитанию, творческому развитию.  Каждый ребёнок знаком с этими вопросами, но много у него неясностей, вопросов, неточностей в понимании. Учитывая  особенности психического  развития, ему необходимы  разъяснения, корректировки и дополнительные знания по  жизненно важным  вопросам. В связи с этим  в программе  выделены  приоритетные направления  работы, это:

1. **Личностное развитие**
2. **Охрана здоровья и Основы безопасности жизнедеятельности**
3. **Основы гражданского самосознания**
4. **Творческое развитие**
5. **Трудовое воспитание**

Каждое направление имеет свои цели, задачи,  определяет знания, умения и навыки, которые подростки должны получить по реализации программы.

* **Личностное развитие**

**Цель:** развитие механизмов эмоционально-волевого урегулирования,

            мотивационной сферы воспитанников: интересов, желаний,

            потребностей.

**Задачи:**

* учить правильному  изложению  своих  мыслей  в устной форме;
* учить понимать и объяснять, что происходит вокруг нас;
* учить определять своё отношение к происходящему.

**Содержание занятий:**

1. Нравственные беседы: «Дружба. Друг. Настоящий друг». «Правила на всю жизнь». «Герои Земли русской». «Мужественность и её черты».  «Курение – опасная ловушка». «Волшебные слова».
2. Правовые, этические беседы: «Стыд и совесть». «Азбука общения». «Что такое доверие». «Кто аккуратен, тот людям приятен".
3. Тренинги: «Привычки хорошие и плохие». «Азбука общения». «Учимся говорить комплименты». «Память и внимание».
4. Экологические беседы: «Мир всей планете». «Прекрасна природа в любое время года».
5. Игры, практикумы: «Волшебные слова». «Праздники страны».

**Обучающиеся  должны овладеть** мотивационной, эмоционально-волевой сферой  как основой  развития регулирующей функции поведения, что включает в себя:

* Нормы и правила поведения;
* Выделять главную мысль произведения;
* Определять основные черты характера героев;
* объяснять своё отношение к родным и близким людям, к родной стране, её прошлому и настоящему
* **«Охрана здоровья и Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Цель:**

формирование санитарно – гигиенических навыков,  профилактических умений по охране здоровья; воспитание привычки к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

* сформировать представление о понятии «здоровье»;
* сформировать навыки самообслуживания;
* развить в детях потребность в занятиях физической культурой и спортом;
* развитие навыков ориентировочного поведения в различных знакомых и незнакомых ситуациях;
* воспитывать в ребенке ответственность за себя, свое здоровье, за свои поступки;
* развить основные двигательные качества: физическую выносливость, силу, быстроту, ловкость;
* мотивация здорового образа жизни и создание условий для ее реализации; ориентироваться в различных жизненных ситуациях;
* владеть основами знаний о здоровом образе жизни;
* заботиться о своем здоровье.

**Содержание занятий:**

1. Беседы по правилам дорожного движения.
2. Познавательные беседы: «Витамины укрепляют организм». «Меры пожарной безопасности». «Осторожно, гололёд».
3. Нравственные беседы: «Сам сохрани своё здоровье». «Что имеем, не храним, потерявши, плачем».
4. Тренинги: «Осанка – красивая спина». «Спорт укрепляет здоровье». «Движение – это жизнь». «Правила поведения на праздниках».

**Обучающиеся  должны овладеть**системой профилактических умений по охране здоровья, а именно:

* Ежедневно выполнять утреннюю зарядку ( под контролем взрослых);
* Владеть навыками самообслуживания;
* Сознательно выполнять процедуры закаливания;
* Содержать в чистоте класс, свою комнату, рабочее место и т.д;
* Принимать участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях, подвижных играх.
* **«Основы гражданского самосознания»**

**Цель:**

осмысление себя как гражданина общества, знакомство с правами  и обязанностями,  усвоение основ национальной культуры.

**Задачи:**

* уточнить представления о правах и обязанностях обучающегося школы;
* -познакомить детей с историей, традициями русского народа;
* - познакомить с символикой России (флаг, герб, гимн );
* - познакомить с историей родного края;
* - воспитывать чувство патриотизма, гордость за свою Родину;
* - познакомить с основными законами жизни каждого человека нашей страны (Конституция).

**Содержание занятий:**

1. Нравственные беседы: «От чего зависят поступки человека». «Права человека и гражданина». «Что такое общество. Мы выбираем, нас выбирают». «Жадность и зависть. Уголовное право».
2. Ролевые игры: «Правонарушения». «Моя семья». «Герои моей семьи».
3. Познавательные беседы: «Ради жизни на Земле». «Символы  России». «Что такое честь». «Что такое Конституция».

**Обучающиеся должны знать свои** права и обязанности, овладеть основами экономического  просвещения; национального самосознания, а именно:

* Знать права и обязанности обучающегося;
* Помнить основные исторические даты и события России;
* Знать имена людей, прославивших Россию, родной край;
* Знать традиционные праздники и обычаи русского народа.
* **«Творческое развитие»**

**Цель:**

развития механизмов творческого восприятия мышления,  чувства восхищения  прекрасным и бережного к нему отношения, формирование духовных запасов личности каждого воспитанника.

**Задачи:**

* развивать практические умения, элементы художественного исполнительства, фантазию, конструктивное мышление путем приобщения воспитанников к разнообразным жанрам искусства, к культурному наследию общества;
* продолжать формировать эстетическое восприятие окружающего мира;
* развивать эстетические представления на основе знакомства с разнообразными видами творчества человека;
* формировать эстетические представления, фантазию, мышление и сообразительность на основе знакомства с разнообразными видами творчества человека;
* развивать практические навыки и умения, мелкую моторику рук.

**Содержание занятий:**

1. Практические занятия: «Прекрасна природа в любое время года». «Мастерская Деда Мороза». «Подарки родным и близким».
2. Занятия – игры: «Звуки весны». «Краски осени». «Цветок желаний». «Защитники Отечества».
3. Познавательные беседы: «Как празднуют Новый год в разных странах». «Голубь мира». «Герои нашего времени».

**Обучающиеся  должны знать и уметь:**

* Знать различные инструменты обслуживающего труда, их возможности, умения владеть ими;
* Уметь планировать свою работу;
* Работать по инструкции;
* Освоить такие вспомогательные средства, как эскиз, набросок, схема;
* Переносить свои впечатления и преставления в разные виды художественной деятельности : лепку, рисование, аппликацию, конструирование.
* **«Трудовое воспитание»**

**Цель:**

отработка навыков трудового поведения, вооружение основными навыками самообслуживания, осмысление необходимости трудовой деятельности, развитие потребности  трудиться.

**Задачи:**

* сформировать навыки самообслуживания; продолжать знакомить детей с правилами личной гигиены;
* научить правильному уходу за одеждой; научить производить мелкий ремонт одежды, обуви;
* научить ухаживать за жилищем; научить пользоваться бытовыми электроприборами;
* познакомить детей с правилами ухода за предметами личного пользования;
* воспитывать в детях бережливость, аккуратность в сфере их обращения с вещами.

**Содержание занятий:**

1. Практические занятия: «Уход за школьной одеждой, обувью». «Виды одежды. Уход за ней». «Проворная игла». «Мой уютный класс. Моя комната». «Чтобы сад расцвёл». «Новогодние костюмы и маски».
2. Познавательные занятия: «Кем я стану, когда вырасту». «Комнатные растения». «Семейная династия». «Кого волнует беспорядок». «Труд, вложенный в кусочек хлеба». «Золотые руки».

**Обучающиеся  должны**осмыслить  необходимость трудовой деятельности, профессиональной подготовка, общей ориентации в мире профессий, а именно:

* владеть элементарными навыками самообслуживания;
* знать и выполнять правила поведения в школе, в своём доме, в своей комнате, в столовой,  классной комнате;
* участвовать в дежурстве по школе, по столовой;
* поддерживать чистоту и порядок в классе, доме, своей комнате;
* правильно ухаживать за одеждой, обувью; выполнять их ремонт;
* выполнять работы по обслуживающему труду;
* уметь ухаживать за комнатными растениями и растениями в школьном саду;
* уметь ухаживать за растениями на школьных клумбах.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема направления, занятия | Форма работы |
| 1. | Вводное занятие. Знакомство, свободные дискуссии о летних каникулах, планах на учебный год | Дискуссия. |
| 2. | «Дружба. Друг. Настоящий друг». | Нравственные беседы |
| 3. | «Правила на всю жизнь». |
| 4. |  «Привычки хорошие и плохие». | Тренинг |
| 5. | «Азбука общения». | Тренинг |
| 6. | Правила дорожного движения. «Моя дорога в школу и обратно»         | Практическое занятие |
| 7. | «Прекрасна природа в любое время года». | Экскурсия. |
| 8. | Уход за школьной одеждой, обувью. | Практические занятия |
| 9. | Виды одежды. Уход за ней |
| 10. | «Проворная игла». |
| 11. |  «Что такое доверие» | Этические беседы |
| 12. | Азбука общения. |
| 13. | Стыд и совесть |
| 14. | «Кто аккуратен, тот людям приятен" |
| 15. | Познавательные беседы: «Витамины укрепляют организм». | Познаватель-ные беседы |
| 16. | «Меры пожарной безопасности». |
| 17. | «Осторожно, гололёд». |
| 18. | «От чего зависят поступки человека». | Нравственные беседы |
| 19. | «Права человека и гражданина». |
| 20. |  «Правонарушения» | Ролевые игры |
| 21. | «Моя семья» |
| 22. | «Герои моей семьи». |
| 23. |  «Прекрасна природа в любое время года» (зима) | Экскурсия. |
| 24. | Мой уютный класс. Моя комната. | Беседа |
| 25. | «Чтобы на окне сад расцвёл». | Практическое занятие |
| 26. | Что такое общество. «Мы выбираем, нас выбирают». | Правовые беседы |
| 27. | «Что такое Конституция». |
| 28. | «Жадность и зависть. Уголовное право». |
| 29. | «Сам сохрани своё здоровье». | Нравственные беседы |
| 30. | «Что имеем, не храним, потерявши, плачем». |
| 31. |  Как празднуют Новый год в разных странах? | Познавательная беседа. |
| 32. | «Мастерская Деда Мороза». | Практическая работа. |
| 33. | «Новогодние костюмы и маски». |
| 34. | «Кем я стану, когда вырасту». | Познавательные занятия. |