

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МИАССКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»**

**Коррекционно – развивающая программа
групповых коррекционных занятий в 7, 8 классах**

«Азбука общения»

по коррекции поведения и эмоций
и развитию коммуникативных
навыков подростков с задержкой
психического развития

2023 г.

Пояснительная записка

Подростковый возраст охватывает период от 10-11 лет до 13-14 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка и его родителей. Ведущей деятельностью является интимно-личностное общение. Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление нового уровня самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права. Кроме того, общение является для подростков очень важным информационным каналом. Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми.

Как показывает опыт, особые трудности в общении испытывают дети, которым не хватает родительского внимания и тепла. Чаще всего социально-эмоциональные нарушения возникают вследствие длительного воздействия на ребенка травмирующих ситуаций, нарушений межличностных отношений со взрослыми и сверстниками.

Для большинства детей, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность. Такие дети не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

Программа призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации. Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

Структура занятий традиционна и состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении ведущий может либо просто сообщить тему занятия, либо задать учащимся вопросы по обсуждаемой теме. Основная часть, как правило, содержит обсуждение и проигрывание ситуаций по предложенной теме, а заключительная направлена на анализ занятия, самопроверку и рефлекссию. Занятия по форме напоминают тренинги: с помощью специальных упражнений и ролевых игр участники овладевают навыками эффективного общения. На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Цель программы: создание условий для личностного роста подростков и коммуникативных компетенций через познание себя, познания других и приобретение навыков работы над собой.

Задачи:

1. Формирование базовых понятий из области общения, коммуникативных навыков подростков. Создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.

2. Расширение знания участников о чувствах и эмоциях, создание условий для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.

3. Способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.

Программа разработана на основе коррекционно-развивающей программы, направленная на совершенствование навыков межличностного общения подростков (Грецов А. Г., Мануэль Дж.Смит, Фопель К.). подходит для занятий с детьми с задержкой психического развития.

Занятия проводятся в доброжелательной обстановке в форме групповой работы, работы в парах, индивидуальной работы, фронтальной работы. Программа основывается на принципе постепенности, поэтапности: каждый последующий этап должен логически вытекать из предыдущего. Благодаря этому подросток постепенно углубляется в процесс осознания себя, приоткрывая разные стороны своего «Я», что является основанием для продуктивного общения. В процессе тренинга развиваются техники самопознания: анализ, обратная связь, рефлексия.

Предполагаемый комплекс занятий программы рассчитан на подростков 10-14 лет. Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю) продолжительностью занятий 40 минут.

Содержание курса

Обследование обучающихся. Стартовый мониторинг (1час.)

Раздел 1. Знакомство. Культура общения. Виды общения. Кто я? Какой я? (6 час.)

Раздел 2 Загляни в себя. Мои сильные и слабые стороны. (8 час.)

Раздел 3 Коммуникативная культура личности. Тренировка навыков

межличностных отношений. Конфликты: их причины и последствия.

Механизмы взаимопонимания. Осознание способов взаимодействия людей

друг с другом. Конфликты в группе и пути их преодоления.

(18 час.)

Обследование обучающихся. Итоговый мониторинг (1час.)

Планируемые результаты:

Личностные УУД

- ориентация в системе моральных норм и ценностей;
- ориентация в особенностях социальных отношений и взаимодействий;

- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим,
- позитивная моральная самооценка
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;

Метапредметные УУД

- адекватное использование речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- владение устной речью;
- планирование общих способов работы;
- осуществление взаимного контроля;
- установление причинно-следственных связей.

Предметные УУД

- оформлять свои мысли в устной форме с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;
- использование речи для регуляции своего поведения;
- задавать вопросы;
- анализ простых практических ситуаций, связанных с межличностными взаимодействиями.

Результаты освоения программы

В основе реализации программы внеурочной деятельности «Азбука общения» лежит деятельностный подход, который предполагает:

- воспитание и развитие качеств личности подростков, отвечающих требованиям информационного общества;
- формирование психолого-педагогической среды развития обучающихся для формирования и развития их коммуникативной компетентности;
- развитие познания подростков и освоения мира личности обучающегося, его готовности к саморазвитию и деятельности;
- учёт индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, значения видов деятельности и форм общения при реализации программы внеурочной (внеучебной) деятельности.

Мониторинг эффективности программы осуществляется с помощью:

1. Методика «Тест для диагностики коммуникативных и организаторских способностей» (КОС) Б. А. Федоришина, позволяющая выявить коммуникативные склонности.

2. Методика «Диагностика уровня эмпатических способностей В.В. Бойко», позволяющая оценить значимость конкретного параметра в структуре эмпатии.

3. Тест «Оценка самоконтроля в общении (по М. Снайдеру)», направленная на определение уровня контроля при общении с другими людьми.

Тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Количество часов	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Обследование обучающихся. Стартовый мониторинг.	1	диагностика	https://nsportal.ru/ https://infourok.ru/ https://psyliner.ru/ https://multiurok.ru/
2	Знакомство	1	Групповые занятия. Тренинги. Сюжетно-ролевые игры	
3	Я хочу общаться!	1		
4	Настроение	1		
5	Кто я среди других	1		
6	Я глазами других	1		
7	Тропа доверия	1		
8,9	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	2		
10	Ярмарка достоинств	1		
11	Давайте жить дружно	1		
12	Мои проблемы	1		
13,14	Какие качества мешают жить	2		
15	Мои вредные привычки	1		
16,17	Мы и конфликты	2		
18,19	Полюбить себя	2		
20	Мои слабости	1		
21	Будь собой, но в лучшем виде	1		
22	Ищу друга	1		
23,24	Азбука перемен	2		
25,26	Тренировка навыков межличностных отношений	2		
27,28	Учимся слушать друг друга	2		
29,30	Учимся открыто выражать свои чувства	2		
31,32	Учимся принимать критику	2		
33	Прощай	1		
34	Итоговый мониторинг	1	диагностика	
Итого:		34		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Название темы	Содержание занятий
1.	Обследование обучающихся.	Стартовый мониторинг
2.	Знакомство	Знакомство участников группы. Ритуал входа Заключение контракта Игра «Эхо» Диагностика участников группы

		Игра «Голос тебе знаком?» Прощание
3.	Я хочу общаться!	Упражнение «Цвет настроения», Я рад общаться с тобой», «Уверенный-наглый - робкий» Игра «Связующая нить»
4.	Настроение	Этюд «Бархатные ручки», рисунок «Мое настроение», Упражнение «тренируем эмоции» Игра «Мой сосед справа»
5.	Кто я среди других	Самоанализ «Кто я? Какой я?» Игра «Колокол» Притча мудрого ослика Игра «Пылинка на ветру»
6.	Я глазами других	Рисунок мой автопортрет Упражнение «Твое имя», Игра «Ассоциации» Упражнение «Незаконченные предложения», Притча «Ворона и павлин»
7.	Тропа доверия	Упражнения «Посиделки», «Номерки», «Испорченный телефон» игра «Зоопарк»
8,9	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	Обсуждение понятия эмоция Игры «Угадай эмоцию, назови эмоцию, изобрази эмоцию» Упражнение «Поставь балл эмоции». Притча «Слухи», притча о зависти и злости, притча о двух волках.
10.	Ярмарка достоинств	Игра «Ярмарка достоинств» Упражнение «Вверх по радуге», Притча Как важно правильно слушать, Король и сон.
11.	Давайте жить дружно	Упражнения «Говорящие ладошки, Волшебный магазин, Закончи предложение» Игра «Не урони»
12.	Мои проблемы	Мини-лекция «Что такое агрессивность» Упражнение «Шла Саша по шоссе», «Обзывалки», «И-а» Упражнение«Эффективное взаимодействие», «Медиация»
13,1 4.	Какие качества мешают дружить	Упражнение «Никто из вас не знает, что я ..», Групповая дискуссия «Какие качества мешают дружить», Упражнение «Нарисуй очень страшную картинку», «Пойми мой страх», «Пойми мой страх», «Разный цвет горестных чувств», «Вижу, ты расстроен»
15.	Мои вредные привычки	Упражнение «Обмен комплиментами» Дискуссия Притча Избегание трудностей Игра «Диалог со своим мозгом», Упражнение с шарами
16,1 7	Мы и конфликты	Беседа на тему, обучение выходу из конфликта. Игра «Испорченный телефон, Толкалки, Веселая гусеница, Спички».
18,1 9	Полюбить себя	Упражнения «Молекулы», «Бип», «Не могу полюбить себя», « Встаньте перед зеркалом», «Я в лучах солнца», «Гимн себе»
20.	Мои слабости	Упражнения «Автопилот», «Комплименты», «Что мне нравится в себе», «Что я люблю делать», «Я ценю себя»
21.	Будь собой, но в лучшем виде	Упражнение «Восковая палочка», «Художественный фильм», «Самый -самый», «Я ценю себя»
22.	Ищу друга	Упражнение «Откровенно говоря», игра «Сборщики»

		Притча о настоящем друге, притча «Раны, которые мы оставляем», притча «Поступок друга». Притча «Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне»
23,2 4.	Азбука перемен	Упражнение «Азбука перемен», «Нарисуем жизнь» Притча о царе Давиде Игра «Мой сосед справа» Притча о том, как изменить мир Игра «Я бросаю тебе мяч»
25,2 6.	Тренировка навыков межличностных отношений	Правила выражения чувств. Обучение выражению чувств. Притча Пятьдесят лет вежливости. Дискуссия.
27,2 8.	Учимся слушать друг друга	Игра «Испорченный телефон», «Поговорим», «Разобраться в проблеме». Упражнение «Что он чувствует?» Игра «Свободный микрофон» Притча «Пусть будут рядом сердца»
29,3 0	Учимся открыто выражать свои чувства	Упражнение «Другой акцент», «Переводчик», «Открытое выражение чувств»
31,3 2	Учимся принимать критику	Игра «Что звучит обидно?», упражнение на Я-сообщение, притча Рациональное зерно. Дискуссия.
33.	Прощай	Упражнение «Новогодняя елка», «Пожелания», «Мое будущее». Дискуссия. Упражнение «Коллаж», «Подарки».
34	Обследование обучающихся.	Итоговый мониторинг

Материально-техническое обеспечение

1. Карточки с изображением эмоций;
2. Раздаточный материал;
3. Чистые листы бумаги, ручки, карандаши, фломастеры;
4. Музыкальный центр.

Список литературы

1. Диагностика уровня эмпатических способностей В.В.Бойко / Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Ред. и сост. Райгородский Д.Я. – Самара, 2001. С.486-490.
2. Игры-обучение, тренинг, досуг.../ под.ред.В.В.Петрусинского: в 4 кн.- М.:Новая школа, 1994.
3. Профконсультационная работа со старшеклассниками (Под ред. Федоришина Б.А. – Киев: Радиньска школа. 1998. -- - 158 с.
4. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, технологии, консультирование, занятия, тренинги/авт.-сост. М.Ю.Михайлина, М.А.Павлова, - Волгоград, 2009.
5. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шарова О.Д. Жить в мире с собой и другими. Тренинг толерантности для подростков.,М.: Генезис, 2000.
6. Учимся толерантности: Методическое пособие для проведения классных часов, бесед и тренинговых занятий с учащимися 7-11 классов/Авт-сост. С.В. Банькина, В.К. Егоров. – М., АРКТИ, 2007. – 128 с.

7. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. Пер. с нем. – М.: Генезис, 2006 г.
8. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие/Пер. с нем. – М.,2001.
9. Юдина И.Г. «Когда не знаешь, как себя вести ...». Тренинг устойчивости подростков к коммуникативному стрессу: - М., 2007.