

*Приложение 2.1.*

*Адаптированной основной общеобразовательной программы – образовательной программы начального общего образования МАОУ гимназии № 18, утвержденной приказом МАОУ гимназии № 18*

*от 31.03.2021. № 205*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«АДАПТИКА. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА»**

**Начальное общее образование**

**(1 класс)**

**(общеинтеллектуальное направление)**

**Пояснительная записка**

В соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования основные образовательные программы начального и основного общего образования реализуются в МАОУ гимназия №18 через урочную и внеурочную деятельность.

Поэтому в настоящее время внеурочная деятельность рассматривается как неотъемлемая часть образовательного процесса образовательном учреждении, в том числе в общеобразовательных учреждениях для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

Данная программа внеурочной деятельности разработана обучающихся с задержкой психического развития, обучаясь по варианту АООП НОО, соответствующего их возможностям и особым образовательным потребностям (вариант 7.2)

Под внеурочной деятельностью понимается образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от урочной, направленная на достижение планируемых результатов адаптированной основной образовательной программы начального общего образования (АООП НОО) обучающимися с ОВЗ.

Гуманистический характер образования в специальной предполагает создание воспитывающей среды во внеурочное время, построение системы внеклассной работы, нацеленной на духовное развитие каждого ученика. Воспитание строится на основе системного, деятельностного и личностно-ориентированного подходов.

**Цель:** создание условий для успешной адаптации, социализации обучающегося, получение им социального опыта необходимого для формирования принимаемой обществом системы ценностей.

**Основные задачи:**

коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с ЗПР с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;

развитие активности, самостоятельности и независимости в повседневной жизни;

развитие возможных избирательных способностей и интересов обучающегося в разных видах деятельности;

формирование основ нравственного самосознания личности, умения правильно оценивать окружающее и самих себя,

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата;

расширение представлений обучающегося о мире и о себе, его социального опыта;

формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;

формирование умений, навыков социального общения людей;

расширение круга общения, выход обучающегося за пределы семьи и образовательной организации;

развитие навыков осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими детьми в решении общих проблем;

укрепление доверия к другим людям;

развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания других людей и сопереживания им.

**2. Общая характеристика курса**

Содержание данного курса определяется психофизиологическими и возрастными особенностями развития детей с ЗПР (7.2)**.** Обучающиеся с ЗПР— это дети, имеющее недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий. 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 обусловливает значительный диапазон выраженности нарушений — от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих отграничения от умственной отсталости.

Уровень психического развития поступающего в школу ребёнка с ЗПР зависит не только от характера и степени выраженности первичного (как правило, биологического по своей природе) нарушения, но и от качества предшествующего обучения и воспитания (раннего и дошкольного).

Диапазон различий в развитии обучающихся с ЗПР достаточно велик – от практически нормально развивающихся, испытывающих временные и относительно легко устранимые трудности, до обучающихся с выраженными и сложными по структуре нарушениями когнитивной и аффективно-поведенческой сфер личности. От обучающихся, способных при специальной поддержке на равных обучаться совместно со здоровыми сверстниками, до обучающихся, нуждающихся при получении начального общего образования в систематической и комплексной (психолого-медико-педагогической) коррекционной помощи.

Курс «Адаптика. Психологическая азбука» составляет значительную часть содержания программы внеурочной деятельности, направленной на создание условий для достижения обучающегося необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для всестороннего развития и социализации каждого обучающегося с ЗПР.

Наиболее велика его роль в подготовке базы для успешной социализации, формировании сферы жизненной компетенции. Курс полезен для освоения всех предметных областей, поскольку недостатки со стороны основных познавательных процессов, саморегуляции, адаптивности препятствуют успешному обучению даже в специально созданных условиях. Участие ребенка в занятиях способствует уменьшению эмоциональной напряженности, недостатков саморегуляции, повышает общий уровень сформированности учебно-познавательной деятельности, что благотворно влияет на мотивацию учения.

**3. Место курса в учебном плане**

В течение каждого учебного года занятия проводятся 1 раз в неделю в групповой форме. Устанавливается следующая продолжительность учебного года 32 учебных недели. Соответственно распределены и учебные часы по курсу «Адаптика. Психологическая азбука»: 1 – класс 33 часа.

Курс «Адаптика. Психологическая азбука» реализует педагог-психолог в соответствии с предложенными детям рекомендациями ПМПК.

Длительность занятия 40 минут.

**4. Описание ценностных ориентиров содержания**

1) Формирование основ гражданской идентичности личности на базе:

* чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и  
  историю, осознания ответственности человека за благосостояние общества;
* восприятия мира как единого и целостного при разнообразии  
  культур, национальностей, религий; уважения истории и культуры каждого народа;

2) формирование психологических условий развития общения, сотрудничества на основе:

* доброжелательности, доверия и внимания к людям, готовности к  
  сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
* уважения к окружающим — умения слушать и слышать партнёра,  
  признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с  
  учётом позиций всех участников;
* принятия и уважения ценностей семьи и образовательного учреждения, коллектива и общества и стремления следовать им;
* ориентации в нравственном содержании и смысле как собственных  
  поступков, так и поступков окружающих людей, развития этических чувств (стыда, вины, совести) как регуляторов морального поведения;

3) формирования эстетических чувств и чувства прекрасного через знакомство с национальной, отечественной и мировой художественной культурой;

4) развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию, а именно:

-развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;

-формирование умения учиться и способности к организации своей  
деятельности (планированию, контролю, оценке);

5)развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия её самоактуализации:

-формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе, готовности открыто выражать и отстаивать свою позицию, критичности к своим поступкам и умения адекватно их оценивать;

-развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;

-формирование целеустремлённости и настойчивости в достижении  
целей, готовности к преодолению трудностей и жизненного оптимизма;

-формирование умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью, безопасности личности и общества, в пределах своих возможностей, в частности проявлять избирательность к информации, уважать частную жизнь и результаты труда других людей.

Реализация ценностных ориентиров общего образования в единстве процессов обучения и воспитания, познавательного и личностного развития обучающихся на основе формирования общих учебных умений, обобщённых способов действия обеспечивает высокую эффективность решения жизненных задач и возможность саморазвития обучающихся.

**5. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

|  |  |
| --- | --- |
| **Личностные результаты** | |
| **У обучающихся будут сформированы** | ***Обучающийся получит возможность для формирования*** |
| - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;  - мотивы учебной деятельности и личностный смысл учения, для принятия и освоения социальной роли обучающегося;  - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;  - навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; | *- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;*  *- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;*  *- адекватного понимания причин успешности / неуспешности учебной деятельности;*  *- положительной адекватной дифференцированной самооценке на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;* |
| **Метапредметные результаты** | |
| **Обучающийся научится** | ***Обучающийся получит возможность научиться*** |
| - принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять поиск средств ее решения;  - планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;  - соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;  - начальным формам познавательной и личностной рефлексии;  - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;  - логическим действиям сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений; | *- преобразовывать практическую задачу в познавательную;*  *- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*  *- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;*  *- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия;*  *- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;*  *- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности;*  *- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;* |

**6. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

**1 класс**

**1-4. Введение в школьную жизнь. Формы и виды деятельности:** *психологические**беседы*: "Наука психология" «Зачем нужно ходить в школу?», «Какие ребята в моем классе?», "Ролевая гимнастика", игры:"Мое имя", "Имя начинается с буквы..", "Имя соседа; ""Какой урок важнее?"викторина на сплочение, Закончи предложения: "Я хотел идти в школу, потому что..", "Я хожу в школу, чтобы научиться.." Проективный рисунок «Я до школы, я в школе»; Итоговые работы: диагностический практикум по адаптации к школе; заполнение "Заметки первоклассника опутешествии в мир психологии"

**5. Введение в мир психологии. Формы и виды деятельности:**  Ролевая гимнастика, разминка "Сколько в нашем классе..?" Работа с диагностическим практикумом: тест Милютиной "Школьная тревожность"; Тест Д.В. Солдатова «Выбери занятие», методика **6. Психика и познание мира. Формы и виды деятельности:**  Разминка"Море волнуется раз...два...три эмоцию ... изобрази, "Собираем добрые слова","Продолжи предложение: "Для ребенка радость-это..", "Для мамы радость -это.." Беседа "Как доставить радость другому человеку?"Сказкотерапия "Представление от имени героя **.**" Конкурс чувствоведов. Дневник психологического здоровья *:* «Цветок моего настроения», "Рисунок Радости". Упражнения: "Человек — часть природы","Как справиться с плохим настроением". Викторина: "Эмоции и чувства".

**7. Мотивация к обучению в школе:** беседы о школьной жизни**,** анкетаЛускановой Н.Г. Изучение мотивации, проективный рисунок "Что мне нравится в школе?". Работа со сказкой "Про Колю". Игра "Алфавит на спине"."Ролевая гимнастика", игра "Какой урок важнее?" Анкета "Комфортность в школе". Упражнения на снятие умственного напряжения.

**8.-10. Познание своей личности и взаимоотношений с окружающими:** Что я знаю о себе и о других? Мои друзья в классе.Что мне нравится. Диагностика процесса адаптации к школе. Игра-испытание "Какое бывает время". Время-пространство для встреч. Моё восприятие мира. Ценности.Проективный рисунок "Что для меня самое ценное в жизни".

**11. Самочувствие в школе:** Анкета "Моя учебная сила",Сказкотерапия "Кто самый лучший".Упражнение на сплочение "Передай движение по кругу".

**12.-13. Дружба. О дружбе и друзьях:** путешествие в страну дружбы; друзья бывают разные-проективный рисунок "Кто мои друзья".

**14. Тренинг развития познавательных процессов.** самодиагностика процессов познания-внимание, память, понятийное мышление.

**15-16.** **Мои особенности и Мы такие разные**:Анкета"Какой у меня характер", Изучение свойств темперамента, пытаемсяопределить свой тип темперамента. Проективный рисунок "Мы такие разные-и это здорово! ","Наша общая радость!"

**7. Тематическое планирование 1 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол час** |
| 1 | Введение в школьную жизнь. Знакомство. Я – школьник. Правила общения. | 2 |
| 2 | Знакомство продолжается**. "**Заметки первоклассника о путешествии в мир психологии" Карта путешествиника по миру психологии. | 2 |
| 3 | Что такое чувства? Делимся чувствами. Мои эмоции. Что я знаю о своих эмоциях. | 2 |
| 4 | Знакомство с богиней психологии Психеей. Знакомство с героями сказки "Бигга и Тунгус"-тема переживаний разных чувств. | 2 |
| 5 | Королевство Внутреннего Мира. Я такой разный. Диагностика процесса адаптации к школе. | 2 |
| 6 | Я-особенный. Диагностика процесса адаптации к школе. | 2 |
| 7 | Зачем мне нужно ходить в школу ? Рисунок "Я в школе". Диагностика процесса адаптации к школе. | 2 |
| 8 | Что я знаю о себе и о других? Мои друзья в классе.Что мне нравится. Диагностика процесса адаптации к школе. | 2 |
| 9 | Какое бывает время. Время-пространство для встреч. | 2 |
| 10 | Моё восприятие мира. Ценности. | 2 |
| 11 | Моя "учебная сила". Мое самочувствие в школе. | 2 |
| 12 | Дружба. О дружбе и друзьях. | 2 |
| 13 | Шаги знакомства.Что мешает дружбе? Просим прощения. Помогаем сами принимаем помощь. | 2 |
| 14 | Тренинг развития познавательных процессов. (внимание, память, понятийное мышление). | 2 |
| 15 | Какой у меня характер? Мой психологический портрет. | 2 |
| 16 | Что такое темперамент? Мы такие разные- и это здорово! Наша общая радость! | 2 |
| 17 | Итоговое занятие. | 1 |
|  | **ИТОГО:** | **33 часа** |

**8. Описание учебно-методического и материально-технического**

**обеспечения образовательного процесса.**

Материальное оснащение кабинета ***психолога*** включает: учебный материал (методики с необходимым стимульным материалом для диагностики познавательной и эмоциональной сфер личности, поведения; методики с необходимым оснащением для проведения психо-коррекционной работы по отдельным направлениям); мебель и оборудование (стол и стул для психолога; шкаф для пособий и техники; уголок мягкой мебели (по возможности); рабочие места для детей); технические средства обучения; игрушки и игры (мячи, куклы, пирамиды, кубики, доски Сегена различной модификации; настольные игры); набор материалов для детского творчества (строительный материал, пластилин, краски, цветные карандаши, фломастеры, бумага, клей и т.д.).

К техническим средствам обучения обучающихся с ЗПР, ориентированным на их особые образовательные потребности, относятся: компьютерыc колонками и выходом в Internet, принтер, сканер, мультимедийные проекторы с экранами, интерактивные доски, коммуникационные каналы, программные продукты, средства для хранения и переноса информации (USB накопители).

К учебно-методическому обеспечению относятся: рабочая тетрадь по психологии для занятий, составленная с учетом особенностей развития ребенка с ОВЗ 1 класса, демонстрационный и раздаточный дидактический материал сосредоточен в рабочей тетрадь: "Заметки первоклассника о путешествии в мир психологии"; Программа О.В. Хухлаевой "Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4 классы)"

**Список литературы:**

1. *Буров А.Н., Майорова Е.Г., Калашников Д.Г.* Электронное учебное пособие по развитию скорочтения школьников,СИРС, Новосибирск, 2006.
2. *Вачков И.В.* Групповые методы в работе школьного психоло­га. М., 2002.
3. *Хухлаева О.*В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в 1-4 классе. Москва 2001.
4. *Богоявленская Д. Б.* Психология творческих способностей. М.; Академия, 2002.
5. *Рогов Е.И*. «Настольная книга практического психолога в образовании», Учебное пособие, М. «ВЛАДОС», 1995 г.
6. *Мухина В. С.* Детская психология. М.: Апрель-пресс, 2000.