

областное государственное казённое общеобразовательное учреждение
«Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 39»

Рассмотрена и одобрена на М/О учителей
дефектологов ОГКОУШ № 39
протокол № 1 от 30.08.23
Руководитель М/О Л.Г. Султанаева Л.Г.

Утверждена
педагогическим советом ОГКОУШ № 39
протокол № 1 от 30.08.23
Директор школы М.Н. Пономарева



РАБОЧАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА
по адаптации учащихся 1 классов к обучению в школе
для учащихся в умеренной, глубокой или тяжелой степени, с
множественными нарушениями развития

на 2023 – 2024 учебный год

Составитель: Захарова Е.А.
Срок реализации 1 год

Ульяновск, 2023

Цель курса: обеспечение психологической адаптации первоклассников к школьному обучению обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Задачи курса:

- Формировать у первоклассников адекватное представление о школьной жизни и развивать у детей позицию школьника и помочь детям принять правила и нормы поведения в школе.
- Обучать детей навыкам сотрудничества и расширять социальный опыт и социальные контакты обучающихся.
- Обучать детей переносу полученных навыков в учебную деятельность.
- Формировать навыки индивидуальной, парной и коллективной работы.
- Формировать у учащихся нравственные представления и понятия, адекватные способы поведения в обществе.
- Научить детей понимать собственное эмоциональное состояние, выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

Общая характеристика учебного предмета

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.

Предлагаемый курс помогает обучающимся осознать новые требования, направлен на формирование внутренней потребности в исполнении устанавливаемого распорядка. Занятия способствуют ускоренному знакомству первоклассников друг с другом и созданию благоприятного климата в классе. Курс предусматривает игровые занятия, которые предполагают свободную форму общения. Здесь возможны подвижные упражнения, не столь жестко как на уроке, лимитировано время. Выполнение этих упражнений- своего рода переходное звено между игровой деятельностью и учебной. Так же в программе особое место отведено эмоциональному развитию обучающихся

Программа рассчитана в 1 классе на 31 час, 1 час в неделю.

Личностные результаты освоения программы «Я теперь школьник!»

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит *личностным* результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностными результатами в 1 классе является формирование следующих умений:

- овладение начальными первичными навыками адаптации (*умения слушать учителя, умения взаимодействовать с учителем и сверстниками*);
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни (*умение приводить рабочее место в порядок после урока*);
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей (*знание правил поведения на уроке и после его окончания*);
- развитие у ребенка любознательности, внимательности, умения замечать новое, распознавать свое эмоциональное состояние и других людей;
- формирование бережного отношения к материальным ценностям (*к методическим пособиям, играм, оборудованию*);
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорства в достижении поставленных целей.

Базовые учебные действия

Базовые учебные действия, формируемые у младших обучающихся, обеспечивают, с одной стороны, успешное начало школьного обучения и осознанное отношение к обучению, с другой — составляют основу формирования в старших классах более сложных действий, которые содействуют дальнейшему становлению ученика как субъекта осознанной активной учебной деятельности на доступном для него уровне.

Личностные базовые учебные действия:	<ul style="list-style-type: none">• осознание себя как ученика, заинтересованного обучением на коррекционно- развивающих занятиях;• положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия;• понимание личной ответственности за свои поступки;• развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости понимания и сопереживания чувствам других людей.
Регулятивные базовые	<ul style="list-style-type: none">• входить и выходить из учебного кабинета со звонком;

учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> • ориентироваться в пространстве учебного помещения; • пользоваться учебной мебелью; • адекватно использовать ритуалы школьного поведения (<i>поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.</i>); • работать с учебными принадлежностями (<i>рабочими тетрадями, ручками, карандашами, фломастерами</i>); • проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; • участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников с помощью учителя.
Познавательные базовые учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> • отвечать на простые вопросы учителя и задавать вопросы; • выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов; • делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; • работать с информацией (<i>понимать изображения</i>); • понимать и соблюдать правила подвижных игр.
Коммуникативные базовые учебные действия:	<ul style="list-style-type: none"> • уметь вступать в контакт и работать в <i>коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель - класс)</i>; • использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем (<i>здороваться, использовать вежливые слова для просьб и обращений</i>); • слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности; • уметь обращаться за помощью к учителю и принимать помощь. • сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях (<i>во время совместных игр и какой-либо другой деятельности</i>); • договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников.

Основопологающие принципы построения программы:

Программа «Я теперь школьник» построена на основе следующих принципов:

- Доступности (учет психологических и возрастных особенностей познавательной, эмоционально-волевой деятельности детей младшего школьного возраста с интеллектуальными нарушениями).
- Научности (обоснованности, наличие методологической базы и теоретической основы).

- Актуализации знаний и умений (учебные ситуации предлагаются с точки зрения потребностей младших школьников).
- Деятельностная основа процесса обучения (удовлетворение потребности детей данного возраста в игре и эмоционально – наглядной опоре).

Способы определения результативности и динамики развития детей отслеживаются по психологическим методикам:

- «Психолого- педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения» Н. Семаго, М. Семаго.
- «Схема изучения социально- психологической адаптации ребенка в школе» по Э.М. Александровской (экспертная оценка учителя)
- «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (экспертная оценка родителей) В.И. Чирков, О.Л. Соколова, О.В. Сорокина.
- Анкета «Оценка школьной мотивации» Н.Г. Лусканова

Эффективность работы определяется при сравнении результатов входящей и заключительной диагностики, показывающем позитивные изменения в Карте школьной адаптации.

Так же эффективность может определяться по результатам наблюдения за ребенком в процессе работы в программе. Кроме того, эффективность может быть установлена при анализе отзывов классного руководителя 1 класса, свидетельствующих об уменьшении частоты проявлений поведенческих реакций, связанных с нарушением адаптационного процесса. Дополнительно эффективность работы может быть подтверждена отзывами от родителей о позитивных изменениях в поведении ребенка и отношении его к школе.

Особенности организации учебной деятельности обучающихся по предмету

Формы и методы обучения

- Словесный (устное изложение, беседа, рассказ).
- Наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение).
- Игровой (Игровая терапия, сказкотерапия).
- Диагностический (опросы, тесты).
- Объяснительно – иллюстративный (восприятие и усвоение готовой информации).
- Репродуктивный (воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности).
- Частично – поисковый (участие в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом).

Учебно-материальное обеспечение:

1. Кабинет, оборудованный мебелью, позволяющий работать детям индивидуально, в мини-группах, в кругу, проводить подвижные игры.
2. Техника для музыкального сопровождения двигательных упражнений и упражнений на релаксацию.
3. Инвентарь для проведения подвижных игр (игрушки, мячи и пр.), бумага, цветные карандаши.
3. Дидактические материалы для индивидуальной и групповой работы, диагностический инструментарий.

Основное содержание программы

№	Этапы работы		Цель	Виды деятельности
I	Диагностический	Предварительная диагностика	Выявление психологических причин, вызывающих затруднения в процессе адаптации первоклассников к школьному обучению	<ol style="list-style-type: none">1. Наблюдение за первоклассниками во время уроков и внеурочной деятельности Заполнение Карты Социально-психологической адаптации ребенка в школе (экспертная оценка учителя)2. «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (экспертная оценка родителей)3. «Психолого-педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения» Н. Семаго, М. Семаго.4. Анкета «Оценка школьной мотивации» Н.Г. Лусканова

II	Коррекционно-развивающий	Реализация программы «Я теперь школьник!»	Обеспечение психологической адаптации первоклассников к школьному обучению в условиях реализации ФГОС общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	Методические разработки занятий
III	Заключительный	Итоговая диагностика	Выявление уровня школьной адаптации первоклассников	<ol style="list-style-type: none"> 1. Наблюдение за первоклассниками во время уроков и внеурочной деятельности Заполнение Карты Социально-психологической адаптации ребенка в школе (экспертная оценка учителя) 2. «Экспертная оценка адаптированности ребенка к школе» (экспертная оценка родителей) 3. «Психолого-педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения» Н. Семаго, М. Семаго. 4. Анкета «Оценка школьной мотивации» Н.Г. Лусканова

Структура уроков психологического развития

Занятие состоит из нескольких частей, каждая из которых может быть использована самостоятельно.

Вводная часть

Цель вводной части занятия — настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы — приветствия, игры с именами.

Основная часть

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В нее входят этюды, упражнения, игры, направленные успешное прохождение первоклассником адаптации к школьному обучению, а также на развитие и частичную коррекцию эмоционально-личностной и познавательной сфер ребенка. Основные процедуры:

- элементы сказкотерапии с импровизацией;
- элементы психодрамы;
- игры на развитие навыков общения;
- игры на развитие восприятия, памяти, внимания, воображения;
- рисование.

Заключительная часть

Основной целью этой части занятия является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой-либо общей игры-забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

**Календарно-тематическое планирование коррекционно - развивающих занятий
адаптации к школьному обучению
«Я теперь школьник!»
для обучающихся 1 класса**

	№ урока в разделе	Наименование разделов и тем	Плановые сроки прохожден ия	Скоррек- тированные сроки прохождени я
АДАПТАЦИЯ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ (14 часов)				
1.	1.	Предварительная диагностика.		
2.	2.	Предварительная диагностика.		
3.	3.	Узнаем друг друга.		
4.	4.	Умение договариваться.		
5.	5.	Лента школьного времени.		
6.	6.	Выбор приветствия.		
7.	7.	Уважение.		
8.	8.	Мы- школьники.		
9.	9.	Мальчики и девочки.		
10.	10.	Остров Чунга- Чанга.		
11.	11.	Первое правило сотрудничества.		
12.	12.	Второе правило сотрудничества.		
13.	13.	Третье правило сотрудничества.		
14.	14.	Четвертое правило сотрудничества.		
ЭМОЦИОНАЛЬНО- ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ (18 часов)				
15.	15.	Робость.		
16.	16.	Радость. Первичное знакомство с чувством радости.		
17.	17.	Радость. Продолжение знакомства с чувством радости.		
18.	18.	Радость. Продолжение знакомства с чувством радости.		
19.	19.	Радость. Закрепление и обобщение знаний о чувстве радости.		
20.	20.	Страх. Знакомство с чувством страха.		
21.	21.	Страх. Продолжение знакомства с чувством страха.		
22.	22.	Страх. Продолжение знакомства с чувством страха.		
23.	23.	Страх. Закрепление и обобщение знаний о чувстве страха.		

24.	24.	Удивление.		
25.	25.	Самодовольство.		
26.	26.	Злость.		
27.	27.	Стыд, вина.		
28.	28.	Отвращение, брезгливость.		
29.	29.	Закрепление знаний о чувствах.		
30.	30.	Творческая мастерская: Взлохмаченные человечки.		
31.	31.	Итоговая диагностика		
		ИТОГО: 31 час		