

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Колпинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТ**

на заседании  
педагогического совета  
протоколом от 24.08.2020 г.  
№ 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБУДО ЦППМСП  
Колпинского района СПб

О.В.Гюнинен  
Приказ от 26.08.2020 № 112-0



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Я смогу»**

(профилактика и коррекция нарушений поведения у младших школьников)

Возраст учащихся: 8-10 лет

Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

Разработчик -  
Буракова Людмила Владимировна,  
педагог-психолог

Санкт – Петербург

2020 г.

## Оглавление

### Раздел 1. Пояснительная записка

- 1.1 Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана программа.....
- 1.2 Направленность программы, тип программы, степень творческого участия.....
- 1.3 Актуальность, педагогическая целесообразность, новизна.....
- 1.4 Отличительные особенности данной программы.....
- 1.5 Адресат.....
- 1.6 Цель и задачи программы.....
- 1.7 Условия реализации программы.....
- 1.8 Методы и технологии, используемые в программе.....
- 1.9 Ожидаемые результаты и способы определения результативности...

### Раздел 2. Содержательный раздел

- 2.1 Структура программы.....
- 2.2 Структура занятий .....
- 2.2 Учебный план .....

### Раздел 3. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.....

### Раздел 4. Список литературы

- 4.1 Список литературы, использованной при разработке программы.....
- 4.2 Список рекомендуемой литературы для родителей.....

### Раздел 5. Приложение.....

## **Раздел 1. Пояснительная записка**

### **1.1 Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана программа**

1. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
2. Федеральный закон от 24 июня 1999 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Федеральный закон от 29 декабря 2012 N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
5. Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р концепция развития дополнительного образования детей;
7. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
8. Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
9. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 г.

№ 41);

10. Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»);
11. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017г. №617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
12. Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.03.2020г. №03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;
13. Устав ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб;
14. Лицензия на образовательную деятельность

## **1.2. Направленность программы, тип программы, степень творческого участия**

Направленность программы: социально-педагогическая.

## **1.3. Актуальность программы, педагогическая целесообразность, новизна**

Актуальность программы обусловлена увеличением количества обращений за психологической помощью родителей детей младшего школьного возраста, имеющих проблемы поведения, а вследствие этого

учебные и коммуникативные трудности.

Изменения, происходящие сегодня в нашем обществе, выдвинули целый ряд проблем, одной из которых является проблема профилактики и коррекции нарушений поведения детей младшего школьного возраста. Причины нарушения поведения возникают как результат политической, социально-экономической и экологической нестабильности общества, усиления влияния псевдокультуры, неблагоприятных семейно-бытовых отношений, отсутствия контроля над поведением, чрезмерной занятости родителей, эпидемий разводов.

Тревожным симптомом является рост числа детей с нарушением в поведении, проявляющемся в асоциальных, конфликтных и агрессивных поступках, деструктивных действиях, отсутствии интереса к учебе, аддиктивных тенденциях и т. д.

Анализ нарушений школьной адаптации учащихся начальных классов позволил выявить наиболее характерные симптомы расстройств поведения и эмоций у учащихся младших классов: агрессивность, упрямство, вспыльчивость, демонстративность, конфликтность, ненормативная лексика, лживость, эгоцентризм, гиперактивность, импульсивность, страхи, нерешительность, тревожность, пониженный фон настроения.

Общим в происхождении нарушений поведения детей главным образом является агрессивность в различных формах ее проявления, а также негативизм в поведении, приводящие к социальной и психологической дезадаптации. В основе нарушений, сопровождающихся агрессивным поведением и негативизмом, как правило, лежат психологические и социально-психологические факторы. К первым относятся нарушения в мотивационной, эмоциональной, волевой и нравственной сферах. Нередко родители жалуются на повышенную драчливость и агрессивность детей. С агрессией детей сталкиваются и учителя начальных классов, исследования подтверждают, что существует примечательная особенность поведения детей: с возрастом их агрессивность все больше приобретает враждебную окраску. Так, например, установлено (Пулкинен 1987), что дети, спонтанно

выражающие гнев и применяющие насилие по отношению к окружающим в 8-летнем возрасте, к 14 годам нередко применяют физическую силу против других лиц, скитаются по улицам, курят, употребляют алкоголь.

Рассогласованность действий родителей и учителей усугубляет данную проблему.

Отдавая должное исследователям данной проблемы (Беличевой С.А., Дубровиной И.В., Кондрашенко В.Т., Личко А.Е.), следует признать слабую разработанность некоторых важных теоретико-методологических аспектов, связанных с нарушением поведения учащихся: нет единства мнений в определении понятия нарушения поведения и в выделении критериев нарушения поведения; большая часть исследований ориентирована на подростковый возраст, в то время как дезадаптивные проявления отмечаются еще в младшем школьном возрасте, и профилактика и коррекция нарушения поведения может смещаться на этот возрастной период; преобладает фрагментарное представление о путях коррекции нарушения поведения изучаемого контингента детей; существует потребность в определении средств своевременной коррекции нарушений поведения. Незавершенность проблемы, ее теоретическая и практическая актуальность и определили выбор направления и тематику коррекционно-развивающей работы и программы в целом.

*Своевременная коррекция расстройств поведения у младших школьников, формирование моральных представлений и нравственного начала, развитие саморегуляции, самоконтроля, самостоятельности, способности к саморефлексии, проведение профилактической работы в этом направлении может повысить адаптационные возможности детей, снижая шанс школьной дезадаптации, обеспечивая в будущем успешную социализацию.*

#### **1.4. Отличительные особенности данной программы**

В программе используется широкий диапазон коррекционно-развивающих методов: элементы разговорной психотерапии, игротерапия,

элементы сказкотерапии, игровое целеполагание, объяснительно-иллюстративные методы, психогимнастика.

### **1.5. Адресат**

Программа адресована учащимся 8-10 лет, имеющим проблемы в эмоционально-волевой и коммуникативной сфере, связанные с низким уровнем развития саморегуляции и самоконтроля.

Программа может быть использована в работе с детьми с ОВЗ, а именно с детьми с сенсорной депривацией и интеллектуальным развитием в пределах возрастной нормы, имеющих отклонения в поведении и проблемы общения.

Программа может быть использована в работе с детьми, имеющими симптомы эмоционального и коммуникативного неблагополучия, нарушающие школьную адаптацию: высокую тревожность, агрессивность, слабую социальную рефлексивность, недостаточное развитие тонких дифференцированных эмоций и волевой регуляции поведения, нарушение самооценки, низкий социометрический статус.

Программа противопоказана детям с различными органическими расстройствами.

### **1.6. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** коррекция нарушений поведения и развитие эмоционально-волевой регуляции у младших школьников. Ранняя профилактика правонарушений и зависимого поведения у несовершеннолетних.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- формирование умения планировать и контролировать свои действия;
- формирование умения сотрудничать со сверстниками и взрослыми (формирование готовности к общению со сверстниками);

- обучение детей определению конкретных целей своих поступков и прогнозированию результатов своих действий;
- обучение учащихся конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций;
- обучение способам расслабления, снятия мышечного и эмоционального напряжения.

*Развивающие:*

- развитие положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию в процессе общения;
- развитие волевой регуляции поведения.

*Воспитательные задачи:*

- формирование у детей моральных представлений;
- развитие толерантности и эмпатии;
- воспитание дисциплинированности и ответственности;
- вовлечение родителей в решение проблем ребенка через индивидуальные консультации, тематические родительские собрания.

## **1.7. Условия реализации программы**

- Учащиеся зачисляются в группу на основании заявления родителей/законных представителей, договора с образовательным учреждением района, по результатам диагностического обследования
- *Срок реализации программы:* 13 академических часов.
- Продолжительность академического часа – 45 мин.
- *Режим занятий:* занятия проходят 1 раз в неделю, включают работу с учащимися (45 мин.), индивидуальное консультирование педагогов, рекомендации по результатам занятия.
- Количество учащихся в группе составляет 9-12 человек.
- *Форма проведения занятий* – программа реализуется в групповой форме, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием

электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

- *Форма организации детей на занятии:* работа в парах, малых группах, в группе.
- *Кадровое обеспечение занятий:* занятия проводит педагог-психолог.
- *Материально-техническое обеспечение:* листы бумаги, карандаши, мяч, шкатулка, проектор, ноутбук.

### **1.8. Методы и технологии, используемые в программе**

На занятиях используются здоровьесберегающие, личностно-ориентированные, игровые технологии, технологии дифференцированного обучения.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие *методы психолого-педагогического воздействия и конкретные методики и техники:*

- беседа;
- наблюдение;
- тестирование;
- игровое целеполагание;
- психогимнастические упражнения;
- игровые методы: подвижные, дидактические, сюжетно-ролевые игры;
- анализ сказок, произведений х/л, групповое сочинение историй;
- просмотр видеосюжетов, мультфильмов;
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- проигрывание этюдов с неопределенным концом ("Как бы ты поступил в этой ситуации?");
- ознакомление с научной литературой (в работе с родителями и педагогами).

### **1.9. Планируемые результаты.**

*Личностные:* повышение уровня развития навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми (умение просить и принимать помощь; умение слушать других людей и вести диалог). Расширение и углубление ориентации в нравственно-этических категориях (доброжелательность, отзывчивость, дружелюбие, сопереживание, милосердие, терпимость, уважение к сверстникам и взрослым). Снижение уровня тревожности и агрессивности. Повышение статуса в группе.

Повышение уровня осведомленности о правилах поведения в различных социальных ситуациях и с людьми разного социального статуса, с взрослыми разного возраста и детьми (старшими, младшими, сверстниками), со знакомыми и незнакомыми людьми.

*Метапредметные:* повышение уровня развития саморегуляции и самоконтроля в поведении. Овладение адаптивными стратегиями поведения. Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать существование различных точек зрения и право каждого иметь свою, готовность излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

Общая оценка эффективности программы «Я смогу» производится посредством сравнительного анализа результатов начального и контрольного диагностического психологического обследования: эмоционально-волевой, коммуникативной и личностной сфер ребенка на основе наблюдения, проективных методик, тестов, метода независимых характеристик. Используемые методики: «Социометрия», «Несуществующее животное», «Лесенка» Дембо-Рубинштейн, СМАС (выявление тревожности), анкета для педагога «Анализ симптомов расстройств поведения и эмоций у детей» Романова А.А.

## **Раздел 2. Содержательный раздел**

### **2.1 Структура программы**

Программа состоит из II блоков:

I блок – работа с ребенком: начальная диагностика, коррекционно-

развивающие занятия, итоговая диагностика.

II блок – работа с родителями, которая осуществляется регулярно по ходу реализации программы в форме индивидуальных тематических консультаций, взаимодействия в рамках работы родительского клуба «Забота», а также работа с педагогами.

*Установочный этап* (1 занятие). Формирование заинтересованности к предстоящим занятиям, снижение эмоционального напряжения, начальная диагностика.

*Реконструктивно-формирующий или основной этап* (13 занятий).  
Реализация цели и основных задач программы.

*Итоговый этап* (1 занятие). Включает итоговую диагностику, консультацию родителей по результатам работы, рекомендации родителям, классному руководителю по дальнейшему сопровождению ребенка.

## **2.2 Структура занятия**

- 1. Введение в занятие.* На этом этапе обеспечивается подготовка учащихся, их эмоциональное включение в коррекционное занятие.
  - Ритуал приветствия
  - Упражнение «Новости»
  - Упражнение-энергизатор
- 2. Основная часть.* Реализация цели и задач программы в соответствии с темой занятия.
  - Информация о цели занятия
  - Беседа
  - Упражнение
  - Психогимнастика
  - Игра
- 3. Заключительный этап.* Расслабление. На этом этапе важно обеспечить плавный выход из той психической атмосферы, которая возникла во время основной части занятия.

- Обсуждение работы
- Рефлексия. Рефлексия занятия предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).
- Ритуал прощания

Очень важны четкая повторяющаяся структура занятий, соблюдение правил, ритуалов и временного регламента, что является дополнительным организующим моментом при формировании произвольности поведения у детей.

### 2.3 Учебный план

#### 2. Учебный план:

| № п/п | Название раздела. Темы   | Кол-во часов |                   |                     | Формы контроля |
|-------|--|--------------|-------------------|---------------------|----------------|
|       |  | всего        | теория ауд/внеауд | практика ауд/внеауд |                |
| 1     | Установка на совместное взаимодействие<br>Цели и задачи программы. Правила работы в группе | 1            | 20                | 25                  | Рефлексия      |
| 2     | Учимся распознавать и выражать свои эмоции<br>Положительные и отрицательные эмоции         | 1            | 15                | 30                  | Рефлексия      |
| 3     | Настроение и активность человека<br>Почему нужно обращать внимание на чувства людей        | 1            | 15                | 30                  | Рефлексия      |

|    |   |   |    |    |           |
|----|---|---|----|----|-----------|
| 4  | Моя индивидуальность  | 1 | 15 | 30 | Рефлексия |
| 5  | Черты характера   | 1 | 15 | 30 | Рефлексия |
| 6  | Коррекция восприятия себя и других  | 1 | 10 | 35 | Рефлексия |
| 7  | Вербальное общение.<br>Невербальное общение                                   | 1 | 15 | 30 | Рефлексия |
| 8  | Навыки внимания в общении   | 1 | 10 | 35 | Рефлексия |
| 9  | Понимание причин поведения людей  | 1 | 15 | 30 | Рефлексия |
| 10 | Трудные ситуации  | 1 | 10 | 35 | Рефлексия |
| 11 | Уверенное и неуверенное поведение   | 1 | 10 | 35 | Рефлексия |
| 12 | Предупреждение конфликтов   | 1 | 10 | 35 | Рефлексия |
| 13 | Впечатление, которое мы производим.<br>Самооценка, самоуважение, самоконтроль | 1 | 10 | 35 | Рефлексия |

### **Раздел 3. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы**

1. Методики, используемые для начальной и заключительной диагностики (см. приложение).
2. Литература, используемая для написания программы.
3. Литература по программе к занятиям; притчи Носсрата Пезешкиана.
4. Литература, рекомендованная родителям.
5. Ноутбук.
6. Компьютерные тематические презентации.
7. Видеоматериал (видеоролики, мультфильмы).
8. Наглядные пособия: «Страна эмоций», карточки с индивидуальными

заданиями каждому учащемуся по теме занятия, таблица «Черты характера». Шкатулка с «несуществующими» предметами, мяч, колокольчик.

## Раздел 4. Список литературы

### 4.1 Список литературы использованной при разработке программы

1. *Абрамова Г.С.* Возрастная психология. – М., 1997
2. *Александровская Э.М., Кокуркина Н.И., Куренкова Н.В.* Психологическое сопровождение школьников, – М., 2002
3. *Божович Л.И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 1968
4. *Битянова М.Р.* Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. – М., 1997
5. *Выготский Л.С.* Педагогическая психология. – М, 1991
6. *Габдракипова В. И., Эйдемиллер Э.Г.* Психологическая коррекция детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью. Методические рекомендации. – М., 2009
7. Диагностика школьной дезадаптации / Под ред. *С.А. Беличевой* – М.1995
8. *Долгова А.Г.* Агрессия у детей младшего школьного возраста. Диагностика и коррекция. 2-у изд. – М.: Генезис, 2011. – 216 с.
9. *Ермаков, В. П.* Основы тифлопедагогики: Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин.– М.: Владос, 2000
10. *Захаров А.И.* Как преодолеть отклонения в поведении ребенка. – М., 1989
11. *Клюева Н.В., Касаткина Ю.В.* Учим детей общению. – Ярославль, 1997

12. *Ковалец И.В.* Азбука эмоций. Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизиологическом развитии и эмоциональной сфере. Издательство: Владос, 2004
13. *Королева Е.В., Юрченко П.Г., Бурдыгина Т.Н.* Проблемные ситуации в школе и способы их решения. – М., 2008
14. *Овчарова Р.В.* Социально-педагогическая запущенность в детском возрасте. – М., 1995
15. *Овчарова Р.В.* Практическая психология в начальной школе. – М., 1999
16. *Пасечник А.В.* Коррекция тревожности и гиперактивности в детском возрасте. – М., 2007
17. *Петровская Л.А.* Компетентность в общении. М., 1989
18. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / под ред. Битяновой М.Р. – М., 2003
19. *Романов А.* Расстройства поведения и эмоций у детей в целом. – М., 2004
20. *Слободяник Н.П.* Формирование эмоционально-волевой регуляции у учащихся начальной школы. – М., 2004
21. *Солнцева Л. И.* Тифлопсихология детства / Л. И. Солнцева. – М., 2000.
22. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (от 17.12.2010) №1897.
23. Федеральный закон Р.Ф. «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. №273 ФЗ.
24. *Фопель К.,* Как научить детей сотрудничать. Ч.1,2,3,4. – Генезис. М. – 1998
25. *Хухлаева О.В.* Тропинка к своему Я. – М. 2008

#### **4.2 Список рекомендуемой литературы для родителей**

1. *Вачков И.В.*, Королевство разорванных связей или психология общения для девочек и мальчишек. – М., 2001
2. *Видра Д.*, Помощь разведенным родителям и их детям. – М., 2000
3. *Гиппенрейтер Ю.Б.*, Общаться с ребенком. Как? – М., 2000
4. *Гиппенрейтер Ю.Б.*, Продолжаем общаться с ребенком. Так? – М., 2008
5. *Грин Росс В.* Взрывной ребенок. Новый подход к воспитанию и пониманию легко раздражимых, хронически несговорчивых детей. Пер. с англ. А. Смолян и Н. Музычкиной. М.: Теревинф, 2008.
6. *Каган В.Е.*, Неконтактный ребенок в семье. – СПб., 1996
7. *Ковалев А.Г.*, Родителям о детях. Психология семейного воспитания. Минск, 1990
8. *Лютова Е., Моница Г.*, Шпаргалка для родителей. – СПб., 2002
9. *Матвеева Л., Мякушкин Д.*, Практическая психология для родителей или что я могу знать о своем ребенке. – М., 1999
10. *Мудрик А.В.*, Общение в процессе воспитания. – М., 2001
11. *Мурашова Е.В.*, Ваш непонятный ребенок. – М., 2002
12. *Пекелис В.*, Как найти себя. – Минск, 1989