

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 44

Рассмотрено
На педагогическом совете
МБДОУ № 44
Протокол от 25.08.2016 №1

Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 44
Т.А. Бударина
Приказ № 58 от 26.08.2016



ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ
«Ты мой друг и я твой друг»
Повышение социальной уверенности детей с
ОВЗ при взаимодействии со сверстниками.

(Срок реализации программы 7 месяцев)

СОСТАВИТЕЛЬ
ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ
ВИТЕБСКАЯ О.А.

ГОРОД КОВРОВ
2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Суть личностной проблемы ребенка с ОВЗ заключается в его изолированности от общества, в котором ему предстоит жить и расти. С раннего детства дети с ОВЗ сталкиваются с оценкой их внешности другими людьми. В результате у таких детей формируется замкнутость, избегание широкого круга общения, сниженный фон настроения, негативная оценка себя. Данная программа предназначена для повышения социальной уверенности и развития коммуникативных навыков детей с ОВЗ, старшего дошкольного возраста. Нацелена на укрепление уверенности ребенка в себе, понимание им своих личностных особенностей и возможностей в общении со сверстниками. Занятия служат своеобразной психологической поддержкой и помощью ребенку в приобретении позитивного опыта совместного с другими существования.

Актуальность, обоснование необходимости программы:

Особые трудности вызывает овладение коммуникативными навыками, обеспечивающими социальную компетентность. Дети с ОВЗ часто не учитывают разные точки зрения собеседников, не стремятся к сотрудничеству, не умеют четко формулировать собственное мнение и позицию, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в конфликтной ситуации. Затрудняются задавать вопросы, контролировать себя, адекватно использовать языковые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания, продуктивный диалог. Под влиянием неблагоприятно складывающихся социальных условий и, прежде всего, межличностных отношений, испытывают психологический дискомфорт, который по мере взросления ребенка усиливается и превращается в травмирующий фактор. Таким детям необходима специальная помощь для нормальной адаптации в среде сверстников.

Социально неуверенные, имеющие неадекватную самооценку дети склонны чуть ли не в каждом деле находить непреодолимые препятствия, реагируя на них неадекватным поведением. Высокий уровень внутренней тревоги не позволяет им приспособиться сначала к детской группе, затем к школьной жизни, и та же проблема переходит во взрослую жизнь.

Ребенок оценивает себя «глазами» социума. И какова его самооценка – отраженная оценка социума – таков и его социальный статус, возможность взаимодействия с социумом, оптимальность адаптационных характеристик и, по сути, таково его психическое здоровье.

Отклонения от оптимального взаимодействия с самим собой, с социумом вызывают социально неуверенное поведение – это путь к нездоровью. В связи с инклюзией в образовании дети с ОВЗ обучаются и воспитываются вне изолированных коррекционных учреждений и остро нуждаются в практическом освоении социальных ритуалов и форм социального взаимодействия.

Особенность данной программы: Программа разделена на семь этапов. Первый этап исключает вербальные контакты, за счет этого снимается напряженность, замкнутость, страх, что тебя могу обозвать, обидеть, не принять в игру. А физический контакт с другими детьми, ласковые прикосновения и поглаживания, близость сверстника дают детям ощущение тепла, безопасности и общности с другими, ослабляют защитные барьеры, направляют внимание ребенка на другого. Еще одной особенностью групп общения для детей с ОВЗ является то, что к блоку программы «Знакомство» приходится обращаться не один раз в течение курса занятий. Это связано с тем, что дети с ОВЗ могут отсутствовать некоторое время по болезни или по причине прохождения реабилитационных, лечебных курсов или процедур. Участники психологической группы отличаются друг от друга полом, темпераментом, интеллектом, степенью общительности. Они имеют разные интересы и жизненный опыт, естественно принося всё это с собой. Поэтому группа становится прообразом настоящего большого мира и даёт каждому ребёнку возможность найти своё место в нём. В группе ребёнок знакомится с разнообразными вариантами эмоциональных и поведенческих проявлений, может примерить их к себе. Также он ощущает реакцию других людей на собственные слова и действия и может понять причины такой реакции (ведь всё происходящее обсуждается). Это даёт ему возможность выбрать и оставить себе подходящие способы выражения чувств и поведения, отказаться от нежелательных, а какие-то просто немного подкорректировать. В итоге он начинает лучше адаптироваться в социальном мире и находит в нём достойное место для себя. Ещё важнее то, что в безопасной атмосфере группы ребёнок погружается в свой внутренний мир и приобщается к

внутреннему миру других людей. Благодаря этому он начинает чувствовать общность с другими, одновременно учась принимать и уважать различия.

Новизной данной программы является то, что в каждое занятие включаются упражнения и игры на принятие ребенка с ОВЗ остальными детьми в группе. Общие действия, эмоции (в основном положительные) и настроения, которыми дети легко заражаются друг от друга, создают ощущение единства с равными и равноценными людьми. Нормально развивающиеся дети, с ранних лет интегрируясь с детьми, на них непохожими, постепенно осознают, что люди могут быть разными, что мир представляет собой единое сообщество людей, включающее и тех, кто нуждается в особой поддержке, помощи с их стороны.

Цель программы: Формирование коммуникативной компетентности детей старшего дошкольного возраста.

В ходе данной программы необходимо решать следующие задачи:

- воспитание у детей интереса к окружающим людям, развитие чувства понимания и потребности в общении;
- развитие у детей коммуникативных навыков, навыков общения в различных жизненных ситуациях с окружающими; умения сопереживать;
- формирование у детей навыков практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами и т.д.);
- развитие самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- развивать способность делиться своими переживаниями.

Срок реализации программы:

Программа рассчитана на один учебный год. Занятия проводит педагог-психолог 1 раз в неделю (продолжительность 20-25 мин.)

Формы проведения занятий:

Занятия проводятся в групповой форме. Рекомендуемое количество участников отдельной группы 5-7 человек.

Структура программы:

Программа состоит из семи этапов

1-й этап. Общение без слов

- 2-й этап. Внимание к другому
- 3-й этап. Согласованность действий
- 4-й этап. Общие переживания
- 5-й этап. Взаимопомощь в игре
- 6-й этап. Добрые слова и пожелания
- 7-й этап Помощь в совместной деятельности

Структура занятий:

В плане каждого занятия предусмотрены следующие этапы:

1. Приветствие
2. Разминка (создание позитивного настроения на работу)
3. Основная часть (рассмотрение основного материала)
4. Упражнение на закрепление полученного материала
5. Подведение итогов, релаксация (использование сенсорной комнаты)

Первые занятия посвящены знакомству, адаптации учащихся к друг другу, а также первичной диагностике отдельных психологических черт: самооценки (тест «Лесенка» С.Г.Якобсон, В.Г.Щур), тревожности (тест тревожности Р.Тэмпл, В.Амен, М.Дорки), социометрический статус ребенка в группе (методика «Секрет» Т.А.Репина, модифицированная Т.В. Антоновой).

Основные методы и приемы работы:

В работе используются элементы игротерапии, сказкотерапии, телесной-ориентированной терапии, изотерапии, использование сенсорной комнаты, Диагностические методы.

Для детей с ОВЗ больше, чем для других детей важно присутствие ритуальности в занятиях (приветствие, прощание, музыкальное сопровождение, присутствие на занятиях постоянных героев, например, в виде мягких игрушек).

Оценивание работы дошкольников:

Оценка должна быть направлена на формирование положительной Я – концепции, отрицательные оценки исключаются. Применение неоценочных методов похвалы.

Ожидаемые результаты:

Снижение уровня тревожности, формирование адекватной самооценки. Способность понимать свое эмоциональное состояние и умение его выражать различными способами (мимика, жесты, вербально, в рисунке). Умение взаимодействовать и сотрудничать с детьми.

Сведения о детях, на которых рассчитана программа:

Программа рассчитана на детей подготовительной группы, тревожных, с заниженной самооценкой, имеющих трудности в общении. Для детей с ОВЗ, но не смотря на то, что детям с ограниченными возможностями здоровья очень необходимо расширять зону общения, не все могут заниматься в группе. Занятия в группе противопоказаны детям с психопатологией, с умственной отсталостью, а также находящимся в кризисных состояниях. Таким детям предлагается индивидуальная работа с психологом.

Вариативность программы:

Содержание занятий варьируется и дополняется с учетом индивидуальных особенностей учащихся. Средства психолого-педагогической работы подобраны и адаптированы с учетом возрастных и психологических особенностей дошкольников.

Формы подведения итогов реализации программы:

В конце срока реализации программы проводится заключительное занятие с подведением итогов и оценкой эффективности работы, на основе рефлексии и вторичной диагностики.

Содержание программы:

1-й этап Общение без слов

1 занятие (Знакомство). Приветствуем друг друга рукой, плечом, спиной (разные способы приветствия), упражнение «Ладони с именами» (отпечатки пальчиковыми красками), отправляемся в страну ладошек и пальчиков, после данного упражнения перемещаемся в сенсорную комнату с пузырьковой акволампой читаем сказку о морской жемчужине, в завершении занятия дети в специальной таблице отмечают свое настроение и аплодируют друг другу.

Прощания во все дни тренинга будут одинаковыми. Процедура единого прощания объединяет детей и связывает все дни тренинга в единую программу.

2 занятие (Эстафета добра). Приветствуем друг – друга разными способами, моё имя (называем свое имя и предлагаем действие, остальные его повторяют), игра жизнь в лесу, упражнение «Лесная ромашка» (рисует ромашки и дарим друг другу с пожеланиями), релаксация в сенсорной комнате «цветок добра». В завершении занятия дети в специальной таблице отмечают свое настроение и аплодируют друг другу.

3 занятие (Мы вместе). «Йоговская гимнастика для малышей», игра «изобрази явление», упражнение «одно большое животное», Общий рисунок по кругу, в сенсорной комнате упражнение «волны», завершение.

4 занятие (понимаю себя – понимая других) «Йоговская гимнастика для малышей», «паровозик с именем», подарок на всех «цветик-семицветик», «театр теней», завершение.

2-й этап Внимание к другому

5 занятие (Фея вежливости) Приветствие «общий круг», «Замок улыбок», «замок зеркал», игра «зеркало», релаксационная музыка (дети танцуют под музыку), «Замок вежливого рыцаря» (стихотворение), конкурс комплиментов, завершение.

6 занятие (Портрет друга) Приветствие, рисуем портрет лучшего друга, обсуждаем его качества, упражнение «Переходы», упражнение «связующая нить», завершение.

7занятие (Волшебные средства понимания) Приветствие, этюд на различные позиции в общении, беседа «как помочь грустному человеку», упражнение «Глаза в глаза»,упражнение на расслабление «замедленное движение», завершение.

8 занятие (Волшебное средство понимания-мимика) Приветствие «комплименты»(передают мяч и говорят комплименты), упражнение «эмоции» (отгадывают эмоции изображенные на карточках), упражнение « тренируем эмоции» (нахмурся как.., улыбнись как...и.т.д), упражнение «солнечный лучик» (на расслабление мышц лица), завершение.

3-й этап Согласованность действий

9 занятие (Учимся понимать друг друга) Приветствие, играем в деревья, рисуем получившиеся деревья делаем лес из рисунков, упражнение «На лесной тропинке», завершение.

10 занятие (Учимся понимать друг друга) Приветствие, упражнение «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся», игра «Звери на болоте», упражнения на расслабление мышц лица « рот на замочке», «озорные щечки», расслабление тела «пара», завершение.

11 занятие (Учимся понимать друг друга) Приветствие, сказка о грубом слове «Уходи», Работа со сказкой (отвечаем на вопросы),игра «строители»(можно использовать разные предметы, или пластилин), этюд «строители», завершение.

4-й этап Общие переживания

12 занятие (Вместе с друзьями) Приветствие, чтение рассказа «Худо тому, кто добра не делает ни кому», ответы на вопросы, игра драматизация «Дай», Этюд «актеры. Согласованные действия», завершение.

13 занятие (Вместе с друзьями) Приветствие, путешествие в страну драконов рисуем добрые маски, забираемся на гору упражнение «Скалолазы», игра драматизация «злой дракон», завершение.

5-й этап Взаимопомощь в игре

14 занятие (Взаимопомощь) «Йоговская гимнастика для малышей», приветствие, упражнение «что случилось?» (отвечаем на вопросы по картинкам, грустный львенок, злой мышенок и т.д.), игра стеклянная змея, игра «День помощника» (задание на весь день итоги в конце дня), завершение.

15 занятие (Взаимопомощь) Приветствие, упражнение «гномики», упражнение «волшебные заросли», упражнение «соберитесь вместе», завершение.

16 занятие (Взаимопомощь) Приветствие, игра «молекулы», игра драматизация «заблудившийся ребенок», упражнение на расслабление мышц шеи «любопытная Варвара», завершение.

17 занятие (Взаимопомощь) Приветствие, сказка о самом большом друге, работа со сказкой, упражнение «путаница», завершение.

6-й этап Добрые слова и пожелания

18 занятие (Добрые слова) Приветствие, подарок по кругу друг другу, игра «вежливые слова», конкурс хвастунов, упражнение «расскажем и покажем», завершение.

19 занятие (Добрые слова) Приветствие, сказка о часах с кукушкой, работа со сказкой, упражнение «Изобрази явление», завершение.

20 занятие (Добрые слова) Приветствие, упражнение «Я хотел бы быть таким как ты», упражнение «Волшебные ожерелья», упражнение «надоедливая муха», завершение.

7-й этап Помощь в совместной деятельности

21 занятие (Мы вместе) Приветствие, упражнение «закончи рисунок», упражнение «посылка», упражнение «Я уверен в тебе», упражнение «чувствительность группе», завершение.

22 занятие (Мы вместе) Приветствие, упражнение «Рукавички», упражнение «геометрические фигуры», упражнение «Чувствительность к состоянию другого», завершение.

23 занятие (Мы вместе) Приветствие, упражнение «Мастер и подмастерья», упражнение «Сбрось усталость», «Гора с плеч», завершение.

24 занятие (Мы вместе) Приветствие, упражнение «Общая картина», подведение итогов, завершение.

Тематическое планирование:

месяц	Тема занятия	Кол-во часов
-------	--------------	--------------

Октябрь	1-й этап Общение без слов	
1 неделя	1. Знакомство	
2 неделя	2. Эстафета добра	
3 неделя	3. Мы вместе	
4 неделя	4. понимаю себя – понимая других	1,40 ч.
Ноябрь	2-й этап Внимание к другому	
1 неделя	5. Фея вежливости	
2 неделя	6. Портрет друга	
3 неделя	7. Волшебные средства понимания	
4 неделя	8. Волшебное средство понимания – мимика	1,40 ч.
Декабрь	3-й этап Согласованность действий	
1 неделя	9. Учимся понимать друг-друга	
2 неделя	10. Учимся понимать друг-друга	
3 неделя	11. Учимся понимать друг-друга	1,15 ч.
Январь	4-й этап Общие переживания	
1 неделя	12. Вместе с друзьям	
2 неделя	13. Вместе с друзьям	50 мин.
Февраль	5-й этап Взаимопомощь в игре	
1 неделя	14. Взаимопомощь	
2 неделя	15. Взаимопомощь	
3 неделя	16. Взаимопомощь	
4 неделя	17. Взаимопомощь	1,40 ч.
Март	6-й этап Добрые слова и пожелания	
1 неделя	18. Добрые слова	
2 неделя	19. Добрые слова	
3 неделя	20. Добрые слова	
4 неделя	21. Добрые слова	1,40 ч.
Апрель	7-й этап помощь в совместной деятельности	
1 неделя	22. Мы вместе	
2 неделя	23. Мы вместе	
3 неделя	24. Мы вместе	
4 неделя	25. Мы вместе	1,40 ч.
Итого:		58,15 ч.

Методическое обеспечение программы:

Занятия проводятся в групповой форме, включая теоретические вопросы, беседы, практические занятия. Средства психолого –педагогической работы подобраны и адаптированы к возрастным особенностям дошкольников.

Методы, используемые на занятиях:

Беседы, диагностические тесты, ролевые игры, приемы арт-терапии, методы драматизации, обсуждение и анализ художественных произведений (сказки, притчи), визуальные средства (рисунки, картинки с ситуациями).

Технологии обучения и методики, используемые в данной программе:

Тест самооценки «Лесенка» (С.Г.Якобсон, В.Г.Щур), тест тревожности (Р.Тэмпл, В.Амен, М.Дорки), социометрический статус ребенка в группе методика «Секрет» (Т.А.Репина, модифицированная Т.В. Антоновой). В программе учитываются индивидуальные особенности детей, что позволит предупредить осложнения, поможет каждому дошкольнику адаптироваться в новых условиях и проявить свои способности.

Формы и методы контроля:

В завершении занятия проводится обратная связь (для анализа результатов деятельности, и возможной коррекции дальнейших занятий). В завершении программы проводится оценка эффективности работы (на основе рефлексии и диагностических методик).

Условия проведения и оборудование:

Кабинет психолога, сенсорная комната, листы бумаги А4, краски, карандаши, пузырьковая аквалампа.

Список используемой литературы:

1. Арцишевская И.Л. Работа психолога с детьми в детском саду.-М.: ООО «Национальный книжный центр»,2015.-64с.
2. Безруких М.М. Развитие социальной уверенности у дошкольников: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.-М.:Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003.-224с.
3. Лапшина Л.Ф. Если в семье особенный ребенок: Методические рекомендации родителям детей инвалидов –Владимир : МБОУДОД «ДООспЦ»;Собор,2013.-108с.
4. Приходько О.Г. Деятельность специалистов сопровождения при включении обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов в образовательное пространство: методические материалы для специалистов сопровождения –М.: ГБОУ ВПО МГПУ,2014. – 102с.
5. Приходько О.Г. Деятельность педагога, учителя-предметника, классного руководителя при включении обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов в образовательное пространство –М.: ГБОУ ВПО МГПУ,2014 – 227с.
6. Сократова Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб.пособие/ Под.общ.ред.-М.: ТЦ Сфера,2005.-224с.
7. Смирнова Е.О. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция/Е.О.Смирнова, В.М.Холмогорова.-М.: Гуманитар.изд.центр ВЛАДОС,2005.-158с.
8. Титарь А.И. Игровые развивающие занятия в сенсорной комнате: Практическое пособие для ДОУ.-2-е изд., испр. И доп.-М.:АРКТИ,2009-88с.

Приложение

Занятие №1

Дети приветствуют друг друга, знакомятся называют свои имена. Приветствуем друг друга разными способами, здороваемся руками по-разному, плечом, спиной (разные способы приветствия). Далее детям предлагается каждому обвести на листе бумаги контур ладони(возможно использование пальчиковых красок). В центре ладошки пишем свое имя. После мы отправляемся в страну Ладошек и Пальчиков. Перед проведением игр необходимо поговорить с детьми о характере прикосновений, потренироваться вместе, чтобы дружеское похлопывание, пощипывание были легкими и не долгими. Правила игры: в стране не допускается грубости, обращаться друг с другом нужно спокойно и осторожно, не причиняя вреда другому.

Вводная часть. Идем в страну Ладошек и Пальчиков. Вслед за воспитателем дети идут по спирали к центру, из центра по восьмерке друг за другом, взявшись за руки,- в страну Ладошек и Пальчиков.

Рассказываем историю про страну Ладошек и Пальчиков. Жители этой страны не умели разговаривать, они понимали друг друга без слов, потому что у них были чуткие ладошки и пальчики. Они прикасались друг к другу, и сразу все становилось понятным. В стране были горы, и лес, и поля, и реки. Отправляемся в путешествие.

Река Дружбы - «веселые» прикосновения (похлопывания, постукивания). Дети становятся в два ряда напротив друг друга, чтобы между ними был проход,- река.

Водящий «плывет по реке» (идет на цыпочках, сложив руки лодочкой, между детьми). Дети стараются ему помочь дружными веселыми прикосновениями. Поле

Драчунов - «сердитые» прикосновения (отталкивающие движения). Дети стоят в рассыпную на небольшом расстоянии друг от друга. Водящий должен пройти среди них, пытаясь избежать прикосновений. Конечно, это ему не удастся, и в ответ на прикосновение он должен погладить драчуна, а тот прячет руки за спину. Пещера

Вежливости- нежные прикосновения, поглаживания. Дети стоят полукругом, подняв и соединив вместе руки. Это-гора, а в ней пещера. Водящий залезает в центр круга,

закрывает глаза, дети поочередно или сразу несколько человек осторожно, легко прикасаются к нему, ласково поглаживая по рукам, ногам, спине.

После этой игры мы отправляемся в морскую пещеру (комната с аквалампой).

Релаксационное упражнение «Моя жемчужина»

Образ жемчужины наиболее подходит для того, чтобы представить все то лучшее, ценное и уникальное, что имеется в каждом человеке. У кого-то эти качества на виду и окружающие могут их оценить, как жемчуг, вставленный в серьги или кулоны. А кто-то скрывает их, как в морской раковине, под своей скромностью, уединением, внешней непримечательностью. Но они есть у каждого, и важно, чтобы ребенок знал это. До того как вы начнете играть, было бы неплохо, чтобы ребенок освежил в своей памяти образ морской жемчужины. Так что можно показать картинку с изображением жемчужины. Итак, предложите ребенку сесть и расслабиться. Пусть он закроет глаза и несколько раз глубоко вдохнет и выдохнет. Теперь можно приглашать его в путешествие по внутренним просторам. Идеально, если в качестве музыкального сопровождения у вас найдется мелодия, включающая звуки моря (разумеется, без слов).

Можно начинать рассказ-медитацию: «Душа каждого человека похожа на море. То она светлая и спокойная, солнечные блики светятся на ее поверхности, радуя окружающих. То налетит шторм, волны клопочут, крушат и сметают все, что подвернулось на их пути. В эти моменты окружающие могут бояться моря и избегать его. Но какая бы погода ни была, на дне моря все иначе. Давай попробуем опуститься в прозрачную бирюзовую толщу воды. Видишь, мимо нас проплывают стайкой маленькие блестящие рыбки? А вот морская звезда. Плыдем еще глубже. Там, на самом дне моря, лежит истинное сокровище твоей души. Это жемчужина. Только ты можешь взять ее в руки. Подплыви ближе и рассмотри ее. Какой она излучает свет? Какие у нее размеры? На чем она лежит? Возьми ее аккуратно в руки. Такие жемчужины есть в душе и у других людей, но нигде нет даже двух одинаковых. Слышишь звуки? Наверное, она хочет сказать тебе что-то важное о тебе самом! Послушай ее внимательно, ведь она знает, что ты уникальный, хороший, особенный. Ты хорошо расслышал, что она тебе поведала? Если да, то бережно опусти жемчужину снова на дно твоей души. Поблаговари ее за то, что ты можешь

чувствовать себя счастливым. Что ж, пора плыть обратно. Когда я посчитаю до десяти, ты подплывешь к поверхности моря, вынырнешь и откроешь глаза».

Примечание. Эта игра незаметно выполнит сразу две задачи: снятие мышечного и эмоционального напряжения у ребенка и поднятие его самооценки, веры в свою уникальность и нужность.

В завершении каждому ребенку предлагается определить свое настроение, дети в специальной таблице отмечают свое настроение и аплодируют друг другу. Настроение определяют либо цветом, либо символом, например смайлики или солнце, тучка.