


Краевое государственное бюджетное учреждение для обучающихся,
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 3»

<p>УТВЕРЖДЕНА Директор КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа - интернат</p> <p>А.И. Зенич</p> <p>08 2023г.</p> <p>Для документа Приказ № 100</p> 	<p>Рассмотрена на заседании Педагогического Совета ОУ Протоколом № <u>1</u></p> <p>«31» 08 2023 г.</p>
--	--

Программа
курса занятий по формированию навыков
жизнестойкости обучающихся, воспитанников 5-9 классов
«Учимся успешно преодолевать трудности»

2023/2024 учебный год

**Программа курса занятий по формированию навыков
Жизнестойкости обучающихся (воспитанников) с ограниченными
возможностями здоровья
«Учимся успешно преодолевать трудности»**

Вид программы: социально-ориентированная.

Организация заявитель и исполнитель: КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 3».

Пояснительная записка

Комплекс требований жизни к социальному облику обучающегося, воспитанника с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) побуждает выделять жизнестойкость как ведущий компонент его личностных качеств. В современном изменяющемся мире совокупность физических, моральных, нравственных достоинств будет представлена личностью обучающегося, воспитанника с ОВЗ исключительно в том случае, если в любой момент он сможет выдерживать проверку на прочность и устойчивость своих жизненных позиций. В структуре психики детей такой категории в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. Приумственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение. Особенности развития высших психических функций обучающихся, воспитанников с ОВЗ (особенно с умственной отсталостью) оказывают влияние на представления детей о себе в окружающем мире, а именно: недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии, физиологической основой, которых являются нарушения взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи, что затрудняет понимание обращенной к ним речи, а также формулирование конструкции при обращении к собеседнику. Кроме того, следует отметить, что речь обучающихся с умственной отсталостью в должной мере не выполняет своей регулирующей функции, поскольку зачастую словесная инструкция оказывается непонятой, что приводит к неверному осмысливанию и выполнению задания. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений.

Психологические особенности умственно отсталых обучающихся проявляются и в нарушении эмоционально-волевой сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень выражены переживания, а также с большим затруднением осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических. Обучающиеся данной категории предпочитают выбирать путь, не требующий, волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований у

некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы обучающихся целенаправленно, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игровая, ручной труд, а на ступени основного общего образования и некоторые виды профильного труда. Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью позволяют выделить образовательные потребности: • обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы с педагогами;

- раннее получение специальной помощи средствами образования;
- психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие ребенка с педагогами и сверстниками;
- психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и образовательной организации;
- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы образовательной организации.

Одним из условий успешной адаптации обучающихся с умственной отсталостью в современном социуме является формирование у них устойчивости к любой изменяющейся ситуации. Именно данная категория детей чаще других оказывается в стрессовых ситуациях, где необходима своевременная поддержка со стороны взрослых. В отечественной литературе такую устойчивость личности к экстремальным ситуациям определяют новым в педагогике понятием «стойкость» или «жизнестойкость». Жизнестойкость востребована в ситуациях, когда представлена угроза для человека. Она проявляется в таком реагировании, которое обеспечивает выживание, адаптацию и развитие ребенка в условиях нарушения у него саморефлексии, становления индивидуальной и социальной идентичности, высокой вероятности проявления антивиталяного поведения (не направленного на жизнь).

У детей с ОВЗ, в том числе с умственной отсталостью, особенно на этапе выхода в самостоятельную жизнь значительно возрастают риски, роль случая и вероятностей, определяющих исход жизненной ситуации путем ухода, что указывает на необходимость формирования у них мобильности, гибкости мышления, коммуникативных компетенций, оперативности реагирования в условиях неопределенности. Данный курс занятий разработан для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (в том числе с умственной отсталостью и интеллектуальными нарушениями) и является обязательным для проведения в условиях образовательной организации.

Педагоги, реализующие программу по развитию навыков жизнестойкости обучающихся, воспитанников с ОВЗ «Учимся преодолевать трудности» должны владеть:

- наличием представления о своеобразии психофизического развития обучающихся;
- пониманием специальных образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью;
- наличием представления о цели образования данной группы обучающихся как развитие необходимых для жизни в обществе практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь максимально возможной самостоятельности и самореализации в повседневной жизни;
- представлением об индивидуальных возможностях и особых образовательных потребностях ребенка при определении содержания и методов коррекционной работы;
- умением включаться в активное участие в специальной организации жизни ребенка в условиях образовательной организации, позволяющей планомерно расширять его жизненный опыт и социальные контакты;
- пониманием наиболее эффективных путей организации и определения содержания психолого-педагогического сопровождения обучающихся в семье;
- умением организовать взаимодействие обучающихся со сверстниками и взрослыми, расширить круг их общения, обеспечивая выход обучающегося образовательной организации;
- способностью к общению и проведению консультативно методической работы с родителями обучающихся;
- способностью к работе в условиях междисциплинарной команды специалистов.

Необходимость разработки программы курса занятий вызвана анализом выявленных затруднений детей с умственной отсталостью, а именно: сложности в установлении межличностных отношений в учебном коллективе сверстников, неумение самостоятельно принимать решения.

Курс занятий для детей с умственной отсталостью 5-6 классов составляет - 22 часа, для 7-9 классов – 11 часов.

Реализация курсов занятий организуется с учетом психофизического развития обучающихся с ОВЗ индивидуальных возможностей, что обеспечивает коррекцию их недостатков, развитие и социальную адаптацию.

Цель создание условий для формирования и развития у них навыков жизнестойкости.

Задачи:

- формирование коммуникативных умений, а именно: умение проявлять сотрудничество со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формулировать собственную точку зрения, задавать вопросы, выражать обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;
- развитие представлений об этических нормах и правилах, понимания личной ответственности за свои поступки, соизмеряя их с нравственными ценностями принятыми в современном обществе;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, готовности к адекватному поведению и поиску самостоятельных решений в ситуациях неопределенности.

Содержание занятий направлено на формирование и развитие навыков конструктивного поведения детей в сложных жизненных ситуациях.

Курс занятий для детей 5-9 классов, включает 11 тем, которые реализуется через теоретическую и практическую направленности.

Календарно-тематический план курса программы «Учимся успешно преодолевать трудности» для воспитанников 5-6 классов.

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1.	«Жизнестойкость как качество успешной личности»	2
2.	«Мои сильные и слабые стороны»	2
3.	«Мои возможности и способности»	2
4.	«Мое будущее»	2
5.	«Правила поведения в современном обществе»»	2
6.	«Мои жизненные ценности»	2
7.	«Действуем в сложных жизненных ситуациях»	2
8.	«Я делаю выбор»	2
9.	«Я принимаю ответственное решение»	2
10.	«Учимся общаться бесконфликтно»	2
11.	«Успешно преодолеваем трудности»	2
Итого:		22

Календарно-тематический план курса программы «Учимся успешно преодолевать трудности» для воспитанников 7-9 классов.

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1.	«Жизнестойкость как качество успешной личности»	1
2.	«Мои сильные и слабые стороны»	1
3.	«Мои возможности и способности»	1
4.	«Мое будущее»	1
5.	«Правила поведения в современном обществе»»	1
6.	«Мои жизненные ценности»	1
7.	«Действуем в сложных жизненных ситуациях»	1
8.	«Я делаю выбор»	1
9.	«Я принимаю ответственное решение»	1
10.	«Учимся общаться бесконфликтно»	1
11.	«Успешно преодолеваем трудности»	1
Итого:		11

Тема «Жизнестойкость как качество успешной личности» способствует раскрытию у детей ощущения устойчивости собственной личности и личности другого как важнейшего условия внутреннего благополучия человека и установления конструктивных взаимоотношений с окружающими людьми. Для проведения занятия по данной теме приглашают успешных людей, которые имеют позитивный опыт в получении профессии, устройстве на работу, ведении хозяйства.

Тема «Мои сильные и слабые стороны» способствует рассмотрению с воспитанниками их внутреннего «Я» как одного из компонентов личности, включающему: представление о своей индивидуальности, определенное единство интересов, склонностей, ценностных ориентаций, определенную самооценку и самоуважение с учетом сильных и слабых сторон.

Тема «Мои возможности и способности» позволяет помочь детям лучше узнать себя, свои возможности, развивать чувство собственного достоинства на основе анализа своих способностей. Содержание рассматриваемой темы направлено на преодоление неуверенности в собственных силах, развитие навыков самопрезентации в различных группах среди сверстников и взрослых.

Тема «Мое будущее» предоставляет детям возможность задуматься о будущем, попытаться сконструировать его, обсудить возможные варианты будущего. Содержание дискуссионных форм работы помогает детям понять, что будущее начинается в настоящем в процессе ежедневных достижений. В содержание занятия предлагается включить задания творческого характера: коллаж «Я в будущем», групповой рисунок «Путешествие в будущее», письмо-послание себе 20 летнему.

Тема «Правила поведения в современном обществе» включает организацию дискуссии и обсуждение с детьми таких вопросов: как подобрать одежду для похода в театр? Как вести себя на дискотеке? Как провести время в компании друзей? Как вести диалог по телефону? Как поддержать разговор в малознакомой компании? Наиболее эффективно рассмотрение данной темы в рамках практического проигрывания ситуаций и анализа ошибок.

Тема «Мои жизненные ценности» включает обсуждение важных ценностей каждого участника и рассмотрение проблемных ситуаций: ситуация 1: пожар, спасение людей. ситуация 2: школьники, провалившиеся под лед. Их спасает одноклассник и двое взрослых. ситуация 3: помощь пожилым людям. ситуация 4: спасение животных (может быть видео ролик). Детям могут быть предложены варианты для оформления тематических презентаций: «Для меня самое ценное в жизни...», «Самая главная ценность моей жизни - это...», «Жизненные ценности современной молодежи».

Тема «Действуем в сложных жизненных ситуациях» позволяет сформировать у детей потребность предвидеть возможные экстремальные ситуации; сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих. Практические задания обеспечивают приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим (на пожаре, при наводнении, в аварии), что предоставляет возможность продемонстрировать детям способы

поведения. Данная тема может быть рассмотрена с приглашением сотрудников системы МЧС.

Тема «Я делаю выбор» направлена на содействие в появлении у детей устойчивой потребности в социально - профессиональной самореализации. Рассмотрение данной темы позволяет детям проанализировать свои склонности, систему ценностей, личностные особенности, предрасположенность к тем или иным видам деятельности, а также осуществить моделирование своего будущего на основе имеющегося опыта. Содержание темы способствует также поиску выбора в ситуациях манипулирования, что позволяет обучающимся быть готовыми к противостоянию психологического давления и вырабатывает умение сказать «Нет».

Тема «Я принимаю ответственное решение» способствует формированию положительной нравственной оценки таких качеств характера, как уверенность в себе, честность, смелость, ответственность; побуждает к независимости в принятии решений; развивает умение формулировать и принимать решения в отношении курения, употребления алкоголя, наркотиков и предвидеть последствия своих решений.

Тема «Учимся общаться бесконфликтно» обеспечивает получение подростками знаний о том, как общаться со сверстниками другого пола и взрослыми, практических навыков в применении приемлемых способов поведения, освоении навыками эффективного общения в различных ситуациях. Данная тема помогает наладить конструктивные взаимоотношения между мальчиками и девочками, повысить коммуникативность, укрепить уважение к старшим и чувство собственного достоинства в процессе межличностного взаимодействия.

Тема «Успешно преодолеваем трудности» направлена на обучение подростков распознаванию своих проблем и нахождению способов их решений. В рамках данной темы рассматриваются вопросы, способствующие осознанию подростками своих жизненных целей, выявлению стратегии поведения каждого в решении проблем (закончились средства на телефоне, потерял ключ от двери, забыл школьную принадлежность и т.п.), что обеспечивает проявление самостоятельности и ответственности личности.

Ожидаемые результаты освоения курса занятий для детей с умственной отсталостью 5-9 классов:

В результате реализации курса занятий обучающиеся будут:

- проявлять коммуникативные умения: умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формулировать собственную точку зрения, задавать вопросы, выражать обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;
- иметь представление об этических нормах и правилах поведения в обществе, осуществлять контроль своего поведения, соизмеряя с нравственными ценностями, принятыми в современном обществе;
- принимать самостоятельное решение и владеть навыками адекватного поведения в экстремальных ситуациях.

Долгосрочное прогнозирование

Программа «Учимся успешно преодолевать трудности» предназначена для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организации профилактической и коррекционной работы по развитию навыков жизнестойкости. Мы считаем, что итогом изучения данной программы будет повышение уровня толерантности, осознанности при выборе жизненного пути у обучающихся с ОВЗ. Выпускники школы сумеют составить для себя положительную программу дальнейшей жизненной перспективы, будут иметь возможность получения дальнейшего образования, преимущества в самореализации, навыки по созданию и сохранению собственной семьи и воспитанию детей, и, таким образом, достигнут относительно устойчивых равновесий в отношениях между собой, другими людьми и миром в целом.