

**Государственное областное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Мурманская коррекционная школа-интернат № 3»**

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей-
дефектологов
от 02.06.2023
протокол № 5

ПРИНЯТО
педагогическим
советом
от 30.08.2023
протокол № 15

УТВЕРЖДЕНО
приказом
от 31.08.2023
№ 278

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Психопрофилактическая программа курса
«Каждый важен»
(профилактики травли и жестокого обращения в образовательной
среде)

Уровень (этап):	начальное общее образование основное общее образование
Категория обучающихся:	для глухих, слабослышащих, с КИ, слепых, слабовидящих, с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),
Сроки реализации:	1-11 классы
Разработана на основе:	ФГОС НОО ОВЗ, ПАООП НОО ОВЗ ФГОС ООО ОВЗ, ПАООП ООО ОВЗ

Рабочую программу
разработал(и):

МО учителей-
предметников

ФИО Санташова О. В.
педагог-психолог

г. Мурманск
2023 г.

Содержание

		страницы
1	Пояснительная записка	
2	Планируемые предметные результаты освоения курса	
3	Содержание курса	
4	Формы организации занятий	
5	Основные виды деятельности	
6	Тематическое планирование:	
6.1	- тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение тем	
6.2	- <i>Приложение</i> : календарно-тематическое планирование на один текущий учебный год.	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психопрофилактический курс «Каждый важен» направлена на профилактику травли среди обучающихся в условиях общеобразовательной школы, создание условий для сохранения и формирования психологического здоровья обучающихся, обеспечения эмоционального благополучия, развития адекватного социального поведения, формирования положительного самоотношения и отношения к другим людям, раскрытия внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность.

Цель: профилактики травли и жестокого обращения в образовательной среде.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «Каждый важен»

- формирование адекватного представления об агрессии, травли и жестокого обращения в образовательной среде;
- формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям агрессии, травли и жестокого обращения по отношению к обучающимся;
- повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;
- развитие личностных качеств, препятствующих проявлению травли и жестокого обращения у обучающихся (саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, критичность, ответственность, эмпатия и др.);
- обучение обучающихся различным формам противостояния агрессии, травли и жестокого обращения среди сверстников;
- умение адекватно оценивать собственное поведение и поведение других людей;
- навыки эффективного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения у опасных ситуациях;
- предоставление квалифицированной психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и травлей;
- формирование благоприятного социально-психологического климата в классе, в образовательной организации, профилактика психологической травли.

Личностные результаты	<ul style="list-style-type: none">- усваивать нравственно-этические нормы и школьные нормы поведения- учиться контролировать свои эмоции, быть эмоционально благополучным- повышать уровень мотивации к учебной деятельности, понимать личную ответственность за результат учебной деятельности- формировать адекватную самооценку- уметь делать нравственный выбор и давать нравственную оценку-развивать рефлексию
Метапредметные результаты: - регулятивные	<ul style="list-style-type: none">- осознавать свои личные качества, способности и возможности;- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;- научиться контролировать собственное агрессивное поведение;- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.
- познавательные	<ul style="list-style-type: none">- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;- адекватно воспринимать оценки учителей;- уметь распознавать чувства других людей;- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;- уметь формулировать собственные проблемы
- коммуникативные	<ul style="list-style-type: none">- учиться строить взаимоотношения с окружающими;- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;- формулировать свое собственное мнение и позицию;- учиться толерантному отношению к другому человеку.

3. Содержание курса

Раздел	Содержание	
Знакомство. Первичная диагностика.	Знакомство участников друг с другом, создание благоприятных условий для работы группы, принятие правил в группе.	
На страже своих границ.	Границы личного пространства. О физическом и других видах насилия. Способы защиты, специалисты, к которым можно обратиться за помощью.	
Есть ли шанс у белой вороны?	Понятие «травля», «жертва». Причины и последствия травли. Действия в ситуации травли. Переживания трудных ситуаций.	
Мир чувств и эмоций.	Раскрытие понятий «чувство», «эмоции». Идентификация чувств. Способы выражения эмоций безопасным, социально-приемлемым способом.	
Агрессия может быть конструктивной.	Познакомить с понятием «агрессивное поведение», обучение навыкам распознавания и преодоления собственной агрессивности. Отработка приемов неагрессивного ответа на давление, словесную агрессию.	
Почему мы конфликтуем?	Введение понятия конфликт. Причины и виды конфликтов. Собственная модель поведения в конфликте	
Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях.	Понятие общения. Основные формы общения. Барьеры в общении. Получение опорных пунктов конструктивного общения через упражнения. Правила бесконфликтного общения в команде. Техники успешного поведения в трудных жизненных ситуациях.	
Эффективная коммуникация. Ассертивное поведение.	Понятие «эффективная коммуникация» и «ассертивное поведение». Способы эффективной коммуникации: использование «Я-высказывания». Методы ассертивного противостояния негативному давлению.	
Возведем мосты, разрушим стены.	Понятие уверенного поведения. Отличия уверенного, неуверенного и агрессивного поведения. Отработка навыков уверенного поведения, коммуникативных навыков	
Гармония с собой.	Средства и методы саморегуляции. Способы релаксации. Определение своих лучших качеств, использование их в качестве ресурса в преодолении трудных ситуаций.	
Наши ценности и традиции.	Понятие «ценности», «традиции». Истории собственной семьи и истории семей своих сверстников.	
Дверь в человеческие отношения открывается на себя.	Понятие эмпатии. Способы самопознания. Повышение самопонимания на основе своих положительных качеств.	
Когда не нужны комментарии.	Понятие «рефлексия», «обратная связь». Виды и способы рефлексии и обратной связи.	
Подведение итогов. Заключительная диагностика.	Подведение итогов: какую пользу принесли занятия, анализ полученного опыта групповой и индивидуальной работы.	
4. ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ		
В ходе реализации программы используются следующие формы организации занятий:		
<ul style="list-style-type: none"> - фронтальная; - групповая; - индивидуальные 		
5. ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:		
<ul style="list-style-type: none"> - коммуникативные игры, упражнения, этюды; - психокоррекционные методики и технологии (техники арт-терапии, сказкотерапии, релаксации); - дискуссии с обучающимися; - анализ конкретных жизненных ситуаций. 		
6. Тематическое планирование		
6.1. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение тем		
Раздел	Примерное количество часов	Из них:

Знакомство. Первичная диагностика.	1	Диагностика первичная – 1 ч.
На страже своих границ.	1	
Есть ли шанс у белой вороны?		
Мир чувств и эмоций.	1	
Агрессия может быть конструктивной.	1	
Почему мы конфликтуем?	1	
Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях.	1	
Эффективная коммуникация. Ассертивное поведение.	1	
Возведем мосты, разрушим стены.	1	
Гармония с собой.	1	
Наши ценности и традиции.	1	
Дверь в человеческие отношения открывается на себя.	1	
Когда не нужны комментарии.	1	
Подведение итогов. Заключительная диагностика.	2	Диагностика итоговая (динамики уровня развития) - 1 ч.
ИТОГО	17	