Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Тинская школа - интернат»

**РАБОЧАЯ АДАПТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности по направлению**

**«коммуникативная деятельность»**

**«Учимся общаться и дружить» 8-9 класс**

**на 2024-2025 учебный год**

**вариант 1**

Составила программу:

Соколова Татьяна Петровна,

учитель первой квалификационной категории

Тинской, 2024 г.

**Пояснительная записка.**

Рабочая адаптированная программа внеурочной деятельности по направлению «коммуникативная деятельность» **«Учимся общаться и дружить»** разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Тинская школа-интернат» и предназначена для учащихся 8-**9 класса** с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, вариант 1).

Данная рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
3. Приказа Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
4. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталость (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Тинская школа - интернат» вариант 1.

Программа внеурочной деятельности «Учимся общаться и дружить» позволяет обучающимся 9 класса успешно   адаптироваться  к новым условиям и развивает умение адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

Программа рассчитана на 1 учебный год, 17  часов, один раз в неделю, реализуется в первом полугодии.

**Цель программы** - развить коммуникативные умения, знания, способности, воспитать коммуникабельную личность.

**Задачи программы:**

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки

- снижение уровня школьной тревожности

- создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований

- формирование психологической готовности к обучению, работа над  личностными, регулятивными и коммуникативными  БУД

- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностых отношений со сверстниками и взрослыми

- формирование социально приемлемых форм поведения в обществе.

Развитие саморегуляции – одна из центральных линий развития детей. Разнообразие видов деятельности, которые осваивает младше школьник, объединяет одно – в них формируется важнейшее личностное новообразование этого возраста – произвольная регуляция поведения и деятельности, способность к самоконтролю. Способность регулировать различные сферы психической жизни состоит из конкретных контролирующих умений в двигательной и эмоциональной сферах, сфере общения и поведения. Ребенок должен овладеть умениями в каждой из сфер. Способности детей в произвольной регуляции эмоций, в сравнении с движением, еще менее развиты: им трудно скрыть радость, огорчение, вину, страх, подавить раздражение или негодование. Пока эмоции детей (младше школьников) еще непосредственны, не подчинены давлению социально-культурного окружения – самое удобное время, учить понимать их, принимать и полноценно выражать. Овладев начальными навыками эмоциональной саморегуляции, ребенок сможет регулировать свое общение.

Наряду с внешними изменениями характера общения происходит его внутренняя содержательная перестройка, которая выражается в том, что меняются темы и мотивы общения. Появляются признаки иной мотивации межличностных выборов, связанные с независимой оценкой со стороны обучающегося личностных достоинств и форм поведения партнера по общению.

Общение не только самостоятельная сфера жизнедеятельности обучающихся, оно пронизывает и все остальные сферы. Этим определяется та важнейшая роль, которую общение играет в процессе становления и жизнедеятельности личности.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

Регулятивные БУД:

1. осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
2. извлекать необходимую информацию из текста
3. определять и формулировать цель в совместной работе
4. учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
5. осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
6. реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
7. планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
8. соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные БУД:

1. планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
2. наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
3. обогатить представление о собственных возможностях и способностях
4. учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
5. оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
6. учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
7. находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
8. адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные БУД:

1. ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
2. учиться контролировать свою речь и поступки
3. учиться толерантному отношению к другому мнению
4. учиться самостоятельно решать проблемы в общении
5. осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
6. формулировать своё собственное мнение и позицию
7. учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Формы работы.**

Тренинги

Беседы и дискуссии

Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)

Релаксационные упражнения

Психигимностические этюды и элементы.

Работа с книгой

Работа с притчами

Просмотр видео фильмов

**Планируемые результаты и формы контроля.**

Основные результаты

* Низкий  уровень тревожности
* Высокая и адекватная самооценка
* Позитивное отношение к себе и своей личности
* Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами
* Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению.

 Формы контроля:

* Тестирование (групповое или индивидуальное)
* Применение проективных методик диагностики
* Наблюдение

**Календарно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия.** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
| 1 | Кто я и как я выгляжу. | 1 | 06.09 |
| 2 | Что в нашем имени. | 1 | 13.09 |
| 3 | Быть одному, плохо. | 1 | 20.09 |
| 4 | Твои друзья и товарищи. | 1 | 27.09 |
| 5 | Как завоевать друзей. | 1 | 04.10 |
| 6 | Бескорыстие в дружбе. | 1 | 11.10 |
| 7 | Верность своему слову. | 1 | 18.10 |
| 8 | О вежливых словах и их применении. | 1 | 25.10 |
| 9 | Роль мимики, жестов о позы в общении. | 1 | 08.11 |
| 10 | Правила знакомства, представления и обращения. | 1 | 15.11 |
| 11 | Правила приветствия и прощания. | 1 | 22.11 |
| 12 | Правила общения в общественных местах. | 1 | 29.11 |
| 13 | Правила извинения и просьбы. | 1 | 06.12 |
| 14 | Правила благодарности и отказа. | 1 | 13.12 |
| 15 | Отношение к окружающим. | 1 | 20.12 |
| 16 | Чтобы радость людям дарить, надо добрым и вежливым быть. | 1 | 27.12 |
| 17 | Что мы узнали и чему научились. Заочное путешествие по «Школе дружбы». | 1 | 10.01 |

**Учебно-методическое обеспечение**

1. «Жизненные навыки» уроки психологии в 9 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2001, изд. Генезис
2. «Жизненные навыки» уроки психологии во 8 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2002, изд. Генезис
3. «Жизненные навыки» уроки психологии в 9 классе под ред. С.В. Кривцовой, М. 2004, изд. Генезис
4. «Тропинка к своему Я», 7-9 класс, О.В. Хухлаева, М. 2006, изд. Генезис
5. К. Фоппель «Групповая сплоченность», М. 2010, изд. Генезис
6. К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 1, М. 2000, изд. Генезис
7. К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 2, М. 2001, изд. Генезис
8. К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 3, М. 1998, изд. Генезис
9. К. Фоппель «Как научить детей сотрудничать?», часть 4, М. 2002, изд. Генезис
10. «Тренинг жизненных навыков» под. ред. Шадуры
11. «Уроки общения для младших подростков», Н.П. Слободяник

**Дидактический материал**

-наборы учебных картинок, карточек , предметных картинок;

-физкультурные минутки, речевые разминки.

-коррекционные упражнения: Работа по карточкам.

- речевые разминки

-упражнения для обучения детей приёмам саморасслабления. – «штанга», «игра с песком», «Кулачки», «Кораблик» и др.

-наглядные пособия, рисунки, плакаты.

-наглядное пособие

-демонстрационный материал «Наши эмоции и чувства», «Подбери слова к рассказу»

**ТСО**

Магнитофон, проектор, стерео колонки, DVD, CD-проигрыватель.

**Экранно-звуковые пособия**

1.Компакт-диски «музыка для релаксации», «звуки природы»

**Компьютерные и информационно-коммуникационные средства**

Аудио и видео презентации, аудио записи с рассказами, сказками, стихотворениями русских и зарубежных писателей сети Интернет, интерактивные физкультурные минутки, гимнастика для глаз.

**Интернет-ресурсы**

1. Сайт «Педразвитие.ru»
2. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов http://school-collection.edu.ru/
3. «Я-учитель»»http://ya-hitel.ru/load/konkurs\_quot\_novaja\_volna\_quot/scenarii/scenarij\_otchetnogo\_meroprijatija\_po\_predmetu\_razvitie\_rechi/424-1-0-16986
4. Сайт для педагогов «Инфоурок».