Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №16

имени Романа Георгиевича Цецульникова»

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПМП**

**СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ**

**ШКОЛЬНИКА**

(МО классных руководителей)

**Составитель**: Степанова Е.Ю.,

педагог-психолог МБОУ «СОШ №16»

07.11.2018г

Кемерово

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПМП**

**СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ**

**ФИО ребенка** Жохова Максима Олеговича

**Дата рождения** 21.10.2004 г

**Класс (группа)** 1 «В»

**Дата поступления в школу** 01.09.2015 г

**Откуда поступил**  садик

**Домашний адрес** Нахимова14 -21

**Телефон**  89522629333, 89541883419

**Какую помощь, в каком объеме получал:** Беседа классного руководителя (Прилуцкой Олеси Владимировны) с мальчиком и его родителями (Ириной Анатольевной и Сергеем Павловичем), консультация родителей с педагогом-психологом Степановой Еленой Юрьевной).

**Особые пометки** Нарушение поведения проявляется в несоблюдении\_\_ правил учащегося на уроках, переменах и во внеурочное время. Со слов классного руководителя, во время урока ученик балуется, может издавать звуки, подолгу смотреть на объект, обзывается на одноклассников. На замечания учителя не реагирует. Родители участвуют в воспитании своего ребенка, проводят с ним беседы. Дома мальчик слушается, занимается. С родителями взаимоотношения хорошие.

**Программа составлена на период**

с 01.09.2018по 01.12.2018 учебного года

**Составитель** Педагог-психолог Степанова Елена Юрьевна.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В последнее время родители, учителя все чаще сталкиваются с детьми, двигательная активность которых выходит за рамки представлений о просто подвижном ребенке. Большинство детей школьного возраста отличается подвижностью, импульсивностью, непосредственностью и эмоциональностью, *но при этом они могут внимательно выслушать взрослого и выполнить его указания.*

С гиперактивными детьми трудно наладить контакт уже потому, что они находятся в постоянном движении: они не ходят, а бегают, не сидят, а ерзают, не стоят, а крутятся или залезают куда-нибудь, не смеются, а хохочут, принимаются за дело или убегают, не дослушав задание до конца. Внимание их рассеянно, глаза блуждают, взгляд трудно поймать.

Родители жалуются на то, что ребенок не дает им покоя — он постоянно вмешивается в разговоры взрослых, с ним все время что-то случается, а для того чтобы добиться послушания, приходится повышать голос, но замечания и наказания не приносят результатов.

Во время учебных занятий такие дети часто вскакивают с места, не понимают, чего хочет от них учитель, не могут выполнить задания до конца. Гиперактивный ребенок получает больше всех замечаний, окриков, и отрицательного внимания; он мешает другим учащимся и обычно попадает в число “изгоев”. Претендуя на лидерство, эти дети *не умеют подчинять свое поведение правилам или уступать другим и, как следствие, вызывают многочисленные конфликты в школьном коллективе.* Поэтому своевременно проведенные занятия с гиперактивным ребенком должны помочь ему справиться с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

Необходимость введения данной программы обусловлена запросом директора школы, классного руководителя и родителей.

**Цель программы**: коррекция нарушений поведения ребёнка.

**Задачи:**- научить ребенка контролировать свое поведение (самоконтроль произвольного поведения);   
- научить ребенка навыкам двигательного контроля;   
- отработать навыки взаимодействия со взрослыми и сверстниками;   
- научить ребенка справляться с тревогой;

- помочь ребенку адаптироваться в коллективе.

**Формы работы**: беседы, ролевых игры, коммуникативные игры и упражнения,   психогимнастика, методы арттерапии, психологические сказки.

Используемые психолого - педагогические приёмы:

- формирование реально осознаваемых мотивов в поведении, реально действующих мотивов в поведении;

- анализ конфликтных ситуаций;

- развитие позитивного общения.

**Длительность программы:** с 01.09 - 01.12. 2018 года. Занятия будут проводиться с сентября по декабрь месяц (не включая осенние каникулы) по одному занятию в неделю по 25 минут каждое, всего 12 занятий.

**Условия программы:** занятия проводятся в кабинете психолога.

**Прогнозируемы результаты:**   
- положительная динамика в поведении ребенка;   
- включенность родителей в коррекционный процесс и дальнейшую работу с ребенком;  
- повышения уровня адаптации в образовательном учреждении.

**СОДЕРЖАНИЕ ПЛАНА РАБОТЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этап работы | Сроки исполнения | Исполнители |
| I. Диагностический | 1. 08.09.;15.09.;  2. 06.10.; 13.10.; 20.10.;  3.18.11. 2018 г.,  Диагностика проводится для последующей корректировки плана развивающих занятий. | Педагог - психолог |
| II. Планово-прогностический. | В течение реализации программы: с 01.09.-01.12. 2018 года. | Педагог - психолог |
| III. Деятельностный (коррекция и развитие, профилактика) | С учётом  результатов диагностики строится   коррекционно - развивающий блок программы.  с 01.09 -01.12. 2018 г. | Педагог - психолог |
| IV. Контрольно- аналитический. | Реализация работы по итогам диагностики.  Работа с документацией. | Педагог – психолог |

1. **ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Параметры обследования** | **Время** | | |
| **начало**  **реализации программы** | **середина**  **реализации программы** | **конец**  **реализации программы** |
| **I. Педагог-психолог**  1. Наблюдение за поведением ребенка в различных видах  деятельности в условиях образовательного учреждения.  Работа с документацией. | 04.09 | 07.09 | 11.09 |
| 2.Беседа с учителями (классным руководителем, учителем физкультуры, музыки) об особенностях поведения ребенка во время различных видов деятельности.  Работа с документацией. | 08.09 | 06.10. | 16.11. |
| 3.Диагностика актуального состояния ребёнка:  - познавательные процессы;  -  личностные характеристики;  - самооценка;  -уровнь тревожности, эмоционального состояния).  Работа с тестовым материалом. | 08.09.;  15.09.;  20.10. | 06.10;  13.10. | 18.11. |
| 4.Диагностику эмоционально-волевой сферы:  1.Методика «Рисунок человека''.  2.Цветовой тест отношений (ЦТО).  3.Методика рисуночной фрустрации'' С. Розенцвейга.  Работа с тестовым материалом. | В течение реализации программы. | | |
| **II. Социальный педагог**   1. Беседа с родителями. 2. Рейд на квартиру**.**   3. Беседа с ребенком. | сентябрь | октябрь | ноябрь |
| **III. Медицинские работники**   1. Анализ медицинской книжки. 2. Рекомендации для ребенка и опекуна. 3. Осмотр при необходимости. | сентябрь | октябрь | октябрь |

**II. ПЛАНОВО-ПРОГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Специа-**  **листы** | **Заключе-**  **ние** | **Основные «шаги» программы** | **Рекоменда-**  **ции** | **Прогноз результатов** |
| Педагог-психолог | По итогам проведен-  ной диагностики | Диагностичес-кая,  коррекционно-развивающая  деятельность | Родителям,  классному  руководителю,  учителям по подходу к поведению ребенку | Изменение в поведении учащегося,  в общение ребенка с окружающимися в школе |
| Медицинские работни  ки | Результат анализа медицинс-  кой карты | Беседы с родителями по изучению мед.карты | Родителям,  учителям | Состояние здоровья ребенка |
| Социаль  ный педагог | Анализ семейной ситуации | Посещение на дому.  Беседы с родителями. | Родителям | Комфортное семейное положение |
| Учитель | Успеш-  ность в обучении | Характер-ка  Обучение  Наблюдение  Воспитание | Родителям,  учителям | Создание благоприят-  ного микроклимат в классе |

**III. ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ ЭТАП**

**Педагог-психолог**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ занятия** | **1** |
| **Содержание работы** | Тренировка усидчивости, преодоление расторможенности.  Выработка навыков релаксации |
| **Используемые методы и приемы** | Психогимнастические упражнения;  Релаксационные упражнения:  **-** «Отдых на море»,  **-** упражнения для мимики лица |
| **Ход занятия** | Психогимнастические упражнения  *(На преодоление расторможенности и тренировку усидчивости)*  Данное упражнение направлено непосредственно на развитие у ребенка зрительного внимания, причем оно может применять нетолько с занятиями школьников, но и деток более младшего возраста. Главное условие – регулярно заниматься с детьми, ведь только в этом случае появляется возможность научить ребенка правильно концентрировать внимание и на занятиях в школе детям будет намного легче сосредоточиться на занятии и не отвлекаться во время уроков на различные пустяки. Ребенку надо предложить по собственной памяти воспроизвести двор собственного дома или площадку перед школой |
| **№ занятия** | **2** |
| **Содержание работы** | Снятие эмоциональной напряжённости.  Тренировка сосредоточенности. |
| **Используемые методы и приемы** | Свободное рисование:  -упражнение «Цветное настроение»,  - упражнение на тренировку внимания  "Где что было" |
| **Ход занятия** | Упражнения на релаксацию  *Упражнения можно проводить в течение трех - пяти минут во время отдыха от какой-то деятельности.*  Упражнение на релаксацию и развитие воображения «ОТДЫХ НА МОРЕ»   «Примите удобное положение, закройте глаза и слушайте мой голос. Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, теплое солнце. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть морской воды. |
| **№ занятия** | **3** |
| **Содержание работы** | Психогимнастика:  - Упражнение с зеркалом.  Пиктограммы |
| **Используемые методы и приемы** | Снятие эмоциональной напряжённости.  Занятие узнавание эмоций |
| **Ход занятия** | Релаксационные упражнения для мимики лица  1. Сморщить лоб, поднять брови (удивиться), расслабить его. Совсем   расслабить. Постараться сохранить лоб абсолютно гладким хотя бы в течение одной минуты.  2.  Нахмуриться (сердитесь) — расслабить брови.  3.   Расширить глаза (страх, ужас) — расслабить веки (лень, хочется подремать).  4.   Расширить ноздри (вдыхаем — запах; выдыхаем страст но) — расслабление.  5.   Зажмуриться (ужас, конец света) — расслабить веки (ложная тревога).  6.  Сузить глаза (китаец задумался) - расслабиться.  7.   Поднять верхнюю губу, сморщить нос (презрение) - расслабиться. Воздух чист и прозрачен.  Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день» |
| **№ занятия** | **4** |
| **Содержание работы** | Эмоциональное осознание своего поведения |
| **Используемые методы и приемы** | Рисование на тему «Автопортрет»,  рисование самого себя, работа с образами, имеющими полярное значение. |
| **№ занятия** | **5** |
| **Содержание работы** | Эмоциональное осознание своего поведения.  Развитие умения регулировать мышечный тонус. |
| **Используемые методы и приемы** | Игра по интенсивному обучению «Цвета эмоций», рисование на тему «Красивое и безобразное», упражнение «Кораблик» |
| **Ход занятия** | Тренировка сосредоточенности  Игры за столом на развитие концентрации внимания.  "Где что было"   Ребенку показывают несколько предметов, лежащих на столе. Когда он отвернется, один из предметов убирают или переставляют. От ребенка требуется указать, что изменилось. Начинать следует с небольшого количества предметов, постепенно его увеличивая. |
| **№ занятия** | **6** |
| **Содержание работы** | Развитие саморегуляции. Эмоциональное осознание своего поведения |
| **Используемые методы и приемы** | Упражнение на релаксацию «Дерево», психогимнастика, упражнение «Оловянный солдатик», упражнение «подбери эмоцию», «Рисунок моё настроение» |
| **Ход занятия** | Психогимнастика  Упражнение с зеркалом  Начало: "Свет мой, зеркальце, скажи, да всю правду доложи, я ль на свете всех милее ...", а дальше нужно придумать "гимн" себе, или другу, маме, папе, бабушке, дедушке. |
| **№ занятия** | **7** |
| **Содержание работы** | Развитие  произвольности психических процессов.  Развитие эмоциональной сферы.  Формирование адекватных форм поведения |
| **Используемые методы и приемы** | Игра «Считалочки – бормоталочки».  Упражнение «Я злюсь – я радуюсь», «Баба – яга»  Упражнение на релаксацию «Прогулка» |
| **Ход занятия** | Пиктограммы  Занятие узнавание эмоций  *(Занятие проводится как индивидуально, так и в группе)*  1. Педагог показывает детям пиктограммы с изображением лиц, выражающих разные эмоции: радость, спокойствие, печаль, злость. Дети с помощью педагога называют эмоциональное состояние человека: радостный, печальный, сердитый, спокойный, а затем пробуют изобразить эти эмоциональные состояния. Можно попросить изобразить злую Бабу-Ягу, доброго волшебника, печальную Аленушку, огорченного Ивана- царевича. Полезно сделать это перед зеркалом или зеркальцами. |
| **№ занятия** | **8** |
| **Содержание работы** | Тренировка усидчивости, преодоление расторможенности. Развитие эмоциональной сферы.  Формирование адекватных форм поведения |
| **Используемые методы и приемы** | Рисование на тему «Когда я злюсь – когда я радуюсь.  Беседа по рисунку. Пиктограммы «Эмоции», упражнение «Аист», упражнение на релаксацию. |
| **№ занятия** | **9** |
| **Содержание работы** | Развитие эмоциональной сферы.  Формирование адекватных форм поведения.  Развитие умения управления состоянием гнева. Развитие  произвольности психических процессов. |
| **Используемые методы и приемы** | Психогимнастика. Упражнение на релаксацию «Дерево» Работа с пластилином «Лепим гнев» Упражнение «Счёт» Игры на внимание |
| **Ход занятия** | Учитель. Представьте себе, что вы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги шире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижмите к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямьтесь! Расслабьте ногу. Качнуло в другую сторону, прижмите к полу левую ногу. Выпрямитесь. Вдох – пауза, выдох – пауза.  Упражнение «Кораблик» |
| **№ занятия** | **10** |
| **Содержание работы** | Формирование адекватных форм поведения.  Развитие умения управления состоянием гнева |
| **Используемые методы и приемы** | Психогимнастика. Упражнение на релаксацию «Море» ,Упражнение «Счёт» «Рисуем гнев», упражнение «Цветное настроение» |
| **Ход занятия** | Тренировка сосредоточенности  Игры за столом на развитие концентрации внимания.  "Где что было"   Ребенку показывают несколько предметов, лежащих на столе. Когда он отвернется, один из предметов убирают или переставляют. От ребенка требуется указать, что изменилось. Начинать следует с небольшого количества предметов, постепенно его увеличивая. |
| **№ занятия** | **11** |
| **Содержание работы** | Упражнение на релаксацию «Дерево», психогимнастика, упражнение «Оловянный солдатик», упражнение «подбери эмоцию», «Рисунок моё настроение» |
| **Используемые методы и приемы** | Упражнения на развитие внимания. Игра «Стоп», упражнение «Апельсин» Психогимнастика. |
| **Ход занятия** | Психогимнастика  Упражнение с зеркалом  Начало: "Свет мой, зеркальце, скажи, да всю правду доложи, я ль на свете всех милее ...", а дальше нужно придумать "гимн" себе, или другу, маме, папе, бабушке, дедушке. |
| **№ занятия** | **12** |
| **Содержание работы** | Развитие эмоциональной сферы.  Формирование адекватных форм поведения. Развитие умения управления состоянием гнева |
| **Используемые методы и приемы** | Беседа на тему «Что я чувсвую»,  упражнение «Цветное настроение».  Тематическое рисование, упражнение «Апельсин» |
| **Ход занятия** | Снятие эмоциональной напряжённости.  Упражнение ***«Настроение»***           Сядьте за стол и возьмите цветные карандаши или фломастеры. Перед вами чистый лист бумаги. Нарисуйте абстрактный сюжет — линии, цветовые пятна, фигуры. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и провести линии так, как вам больше хочется, в полном соответствии с вашим настроением. Представьте, что вы переносите свое беспокойство и тревогу на бумагу, стараясь “выплеснуть” его полностью, до конца. Рисуйте до тех пор, пока не заполнится все пространство листа, и вы не почувствуете успокоение. |

**Социальный педагог**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **Формы и виды работ** | **Дата проведения** |
| 1.Беседа с родителями | Индивидуальная работа | 10.09 |
| 2.Беседа с ребенком | Индивидуальная работа | 14.09 |
| 3.Посещение на дому | Выездная работа | 02.10 |
| 4. Беседа с учителями | Индивидуальная работа | 19.10 |
| 5. Беседа с классным руководителем | Индивидуальная работа | 02.11 |

**Работа с родителями**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Кто проводил работу** | **Формы работы** | **Результаты** |
| В течении уч. года | Кл. рук-ль  О.В.Прилуцкая | Беседа с родителями  Ириной Анатольевной,  Сергеем Павловичем |  |
| В течении уч.года | Кл. рук-ль  О.В.Прилуцкая | Воспитательная работа в классе с учащимся Ивановым Иваном |  |
|  | Педагог-психолог Степанова Е.Ю | Консультация с родителями | Рекомендовано родителям прийти на прием к психологу с заключением от невролога. |
|  | Директор | Беседа с родителями, кл. руководителем,  администрацией | Педагогу-психологу:  1.Составить инд. программу по работе с ребенком с 01.09.2018 учебного года.  2.Посещение занятий в течение двух недель.  3. Посещение семьи на дому с соц. педагогом. |
|  | Социальный педагог |  | 1.Посещение семьи  2.Работа с родителями |

**ЛИТЕРАТУРА**

Арт-терапия в психологическом консультировании: учебное пособие/М.В.Киселева, В.А.Кулганов. – СПб.: Речь, 2015.

Практическая психодиагностика. Тесты и методики /Авт. – сост. Надежкина В. – Минск: Харвест, 2016

Возрастная психология: краткий курс лекций /М.Е.Хилько, М.С.Ткачева. – М.:Издательство Юрайт, 2015

Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения,техники /О.Н.Истратова. – Изд. 6-е. – Ростов н/Д: Феникс,2015

**Интернет-ресурсы**

[uprazhneniya\_na\_relaksaciyu.doc](http://nsportal.ru/sites/default/files/2012/02/26/uprazhneniya_na_relaksaciyu.doc) [Упражнения на релаксацию в работе с детьми](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2016/01/21/uprazhneniya-na-relaksatsiyu-v-rabote-s-detmi)

[nsportal.ru](http://nsportal.ru/)› [Начальная школа](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola)›[Материалы МО](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-mo)›[…-igr-i-uprazhneniy-dlya…](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-mo/2015/03/31/ispolzovanie-igr-i-uprazhneniy-dlya-razvitiya-vnimaniya)

Возрастные особенности внимания у младших школьников.

http://[veselajashkola.ru/shkola/uprazhneniya-na-razvitie-vnimaniya-dlya-shkolnikov/](http://veselajashkola.ru/shkola/uprazhneniya-na-razvitie-vnimaniya-dlya-shkolnikov/veselajashkola.ru/shkola/uprazhneniya-na-razvitie-vnimaniya-dlya-shkolnikov/)[psyoffice.ru](http://www.psyoffice.ru/)›[4-0-5825.htm](http://yandex.ru/clck/jsredir?from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=992.kDSVFzlDk2tPPc-16I-UEtIu--YspJcYiZBujwCFaTqfENOEPZb6IHHC3W1fGYssx7iSNxujpZSu26Cqi2CUu20I4zOkPktBXPM2h24YTXwaOoFd11yq9Oyza_RhoJDn.b010fa1b23cead9db8424e1837d770d06251c672&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtNlVVIL6S3yQ0eL-KRksnRFetzHgl8sU5j2YHOwDjr8h&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1Ldmtxa3pIY0dxX0FRLTB0TkFPYkRGd3dJemp2Z2RXV2YxZ0d2aHZ3MEVkTkhXd1MxaXUtLWVlUVMzUWlqczRwbkpKdDNDNmFXWFFKLXdqZ05LeGIzVjhReFk2VU9DbkpybFktZw&b64e=2&sign=e30f086380455ac3f2b9ba8d0c627b04&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ7q0qcCggtsKQY7a7J4xz-tyBFgtgkqj6iH7g22FnfgNnIrRjMwNNR3hyi9CNAyjsqnaWCe64MZ7LD0CPf63oztF4a7TXXuH5p7tZ_K3sq7zPBGNVuYIUQk2TaJE2F5DVh2Dl62hcecLUBJ_KSFDIJfqsCTYA0xroxKpH3v0AauQv__9LpiT06WX-lgJP12ZOC9gyvjyde0F0Zs__k2cYg9&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kpbfWDqTS4Vu85xq3GqKNFdc5MDbyvhIxtSooAeaUdU-M-pVmeTHlfoQfZY8uEV7tceowO7v_tMbxLDNirAa_chl8qj1KU_ERjdYbHXAtmNORzY1WA0fCt4kLtZ6-NvbMYjFv_hxd9yVrWR62LpbkTG0vTTo4R9F4G3jxgTyAjCHx6dNz4vYBQe_5W1HHW5kL_8CArbGly97Dwu4bUibG085OptyeIFbkqOs283WD63TbLStKd9AZkLMhb9YHO4Z5Fdid5V7hLAEJtN8IAenpFS6XQn5CvOtBth10cPG2C8gcFDT3DmW4KWW-pX2LFAQDa2qVFe-uGEaTX8wye0oqzzdEmIPiHUsz9ymsD7dR5HAuLITbGYh9cF58WraXm6MYbn0DWnvixO2kScmA_Wcd-LClm25n8QFH12Ohx3dkgYUREnrfsvSLJddoVeiM58eJOd9yo8l-_1d39oqM8Wr168s0SOnGbeTF5AYBQ1OcOgx6-aIy9z9DJDEGgr50l5yrd_M-yHuygpge1-LR0qEe7fw9WfblDir6VHQeWA-o-rSg&l10n=ru&cts=1457861762273&mc=4.592047528550334)