

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Ачитская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

Психолого-педагогический проект
Коррекция агрессивного поведения у обучающихся с умственной отсталостью
путём использования приёмов здоровьесберегающих технологий
в рамках месячника «Основы безопасности жизнедеятельности»

Составитель:
педагог-психолог
Муллахметова А.А.

п. г.т. Ачит
2022

Введение

Проблема агрессивного поведения в 6 классе нашей школы ГБОУ СО «Ачитская школа-интернат» весьма актуальна. Педагоги отмечают, что с агрессивными детьми трудно работать, и, зачастую, педагоги просто не знают, как справиться с их поведением, тем самым создавая эмоциональную угрозу себе и обучающимся.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью заключаются в том, что они не осознают свои переживания, и не способны понять вызывающие их причины. Затруднения в классе вызывают ответные эмоциональные реакции – гнев, обида, которые проявляются в агрессивном поведении обучающихся. У школьников с умственной отсталостью агрессия трансформируется в устойчивое качество личности – агрессивность. И как следствие, снижается продуктивный потенциал, сужаются возможности полноценного общения, деформируется личностное развитие.

Результаты диагностики показали, что у 40% обучающихся в 6 классе наблюдается высокий уровень агрессивности, это проявляется в жестокости, в драках без понимания опасных последствий наносимых повреждений. Так же у них отмечаются взрывы ярости, нарушение правил поведения в школе. У 30 % детей - средний уровень агрессивности, который проявляется в капризности, раздражительности, грубости, взаимных обвинениях.

Детям с умственной отсталостью в это время необходима поддержка и помощь взрослых, поэтому важно, чтобы педагоги вместе с психологом относились с пониманием к их проблемам и переживаниям.

Агрессивность и различные нежелательные проявления личности в процессе воспитания поддаются коррекции, предполагающей ряд мероприятий, одним из которых может являться проект коррекционных занятий «Коррекция агрессивного поведения у обучающихся с умственной отсталостью путём использования приёмов здоровьесберегающих технологий в рамках месячника «Основы безопасности жизнедеятельности».

Целью проекта является создание условий для коррекции агрессивного поведения обучающихся 6 класса с умственной отсталостью.

Задачи проекта:

- научить контролировать свою агрессию;
- изучить эффективные способы снятия агрессии;
- развитие моторики рук;
- закрепить положительные коммуникативные модели поведения;
- научить работать в коллективе.

В ходе проекта формируются **базовые учебные действия:**

Личностные учебные действия: осознанно выполнять обязанности ученика, члена школьного коллектива, пользоваться соответствующими правилами; понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений о нормах и правилах поведения в современном обществе. различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения.

Коммуникативные учебные действия: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, бытовых, трудовых и др.); слушать собеседника; вступать в диалог и поддерживать его, признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения.

Регулятивные учебные действия: осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических заданий, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, осуществлять самооценку и самоконтроль в деятельности, адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с внешней оценкой свою деятельность.

Познавательные учебные действия: дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию, использовать логические действия (сравнение, анализ, установление причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями обучающихся.

Проект «Коррекция агрессивного поведения у обучающихся с умственной отсталостью путём использования приёмов здоровьесберегающих технологий в рамках месячника «Основы безопасности жизнедеятельности» включен в раздел «Развитие и коррекция эмоционально-регулятивных навыков» в программу курса «Психокоррекция», в количестве 4 часов - 2 занятия в неделю. Длительность занятия 30 минут. Они продуманы с учетом того, чтобы атмосфера на них распространялась по типу «заряжения положительными эмоциями от деятельности и самоконтроля» и являлась основным механизмом регуляции и формирования эмоционального состояния и контроля. С детьми с умственной отсталостью крайне агрессивными лучше работать индивидуально и лишь после того, как большая часть проблем решена, можно включать их в групповую работу.

На коррекционно-развивающих занятиях у учащихся формируется поведение; оказывается помощь в понимании собственного эмоционального состояния. Учащиеся учатся эффективным способам снятия напряжения используя приёмы здоровьесберегающей технологии такой как песочная терапия, пластилиновая живопись. Обучение навыкам релаксации и саморегуляции создает условия для формирования у детей способностей управления своим эмоциональным состоянием. Рефлексия даёт возможность анализа и практического выхода положительной или отрицательной энергии.

Условия проведения занятий.

Занятия проводятся в классе, где достаточно места для передвижения. Все участники группы обеспечиваются раздаточным материалом.

Коррекционная работа строится по типу организации совместных игр: подвижных, релаксационных, игр с разными материалами.

Структура занятий:

1. Организационная часть (5 минут, направлена на эмоциональное состояние детей, уровень их активности. Эта часть выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.
2. Основная часть (20 минут) совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия. Последовательность упражнений предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от деятельности требующей сосредоточенности к релаксационной технике.
3. Заключительная часть (5 минут). Беседы, релаксационные упражнения. Две оценки: эмоциональная (понравилось - не понравилось, было хорошо - было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).

Ожидаемый результат от реализации проекта:

Укрепить доброжелательное отношение обучающихся с умственной отсталостью друг к другу и сплотить коллектив.

Снизить уровень агрессивности учащихся, повысить уверенность в себе.

Улучшить взаимоотношения со сверстниками и взрослыми за счет использования ими приобретенных навыков конструктивного взаимодействия.

Улучшить самоконтроль и саморегуляцию учащихся.

Таким образом, коррекция агрессивности у обучающихся с умственной отсталостью направлена на преодоление испытываемых агрессивным ребенком проблем в общении со сверстниками и близкими взрослыми, на формирование в сознании детей установки на сотрудничество и позитивное взаимодействие с окружающими.

Используемая литература

1. Сиротюк А.Л., Сиротюк А.С.

Психологическая основа формирования учебных навыков школьников. – М.: АРКТИ, 2018. – 72 с.- (Библиотека психолога-практика).

2. Малахова А.Н.

Диагностика и коррекция тревожности и страхов у детей.- СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.- 208 с.

3. Павлова М.А. Психогимнастические упражнения для школьников: разминки, энергизаторы, активаторы/ авт.- сост. М.А.Павлова. – изд.3-е – Волгоград : Учитель. – 87 с.

4. Психолого-педагогическое сопровождение детей с отклоняющимся поведением: психологическая диагностика, игровые технологии / авт.-сост. И.Н. Хоменко. – Изд. 2-е, испр. – Волгоград: учитель. – 85 с.

5. <http://www.maam.ru/detskijsad/proekt-po-korekci-agresivnosti-mladshih-shkolnikov-s-umstvenoi-otstalostyu-s-ispolzovaniem-igroterapi.html>

Содержание групповых занятий

Занятие №1 «Злость и как с ней бороться»

Цель: коррекция агрессивного поведения у обучающихся с умственной отсталостью, развитие коммуникативных навыков.

Материалы: Стулья по парно по кругу, притча «Змея», надувные шарики красного и зеленого цвета, ненужная бумага, мусорное ведро, космический песок, белый картон, ножницы, карандаши.

1. Организационная часть. Упражнение в парах «Поздороваемся рукопожатием, левой ногой, правым плечом. Правым глазом подмигнём»
2. Основная часть. Вхождение в тему прочтением притчи «Змея и мудрец», наглядный опыт с шариками «что происходит с человеком когда агрессия копится в человеке и не находит выхода (не сдувается)». Проговариваем правила при играх. Упражнения для снятия агрессии «снежки», «попади в ведро», «песок», «Значок-стоп»- самоконтроль. Упражнение на релаксацию «змея-ёжик».
3. Заключительная часть. Рефлексия. Упражнение на рефлексия «на доске в круге нарисуй смайлик».

Занятие №2 « Розы для учительницы из лёгкого пластилина»

Цель: снятие напряжения, высвобождение творческой энергии, развитие коммуникативных навыков.

Материалы. Лёгкий воздушный разноцветный пластилин.

1. Организационная часть. Игра «снежный ком «Садовые цветы» - мобилизация, развитие памяти.
2. Основная часть. Игры с пластилином (растягивание, расплющивание, раскатывание)-получение нежности, приятных соприкосновений с пластилином, релаксация. Лепка цветка розы по образцу - высвобождение творческой энергии.
3. Заключительная часть. Наслаждение результатом работы. Рефлексия. Рисование смайлика в круге на доске.

Занятие № 3 «Друг без друга никуда»

Цель: снятие общей агрессии, негативизма, напряженности, развитие сплоченности группы.

Материал: подушка в темной наволочке.

1. Организационная часть. Игра «Упрямая подушка» - снятие общей агрессии, негативизма, упрямства.
2. Основная часть. Игра «Дракон кусает свой хвост» - снятие напряженности, невротических состояний, страхов. Игра «Клеевой дождик» способствует развитию сплоченности группы.
3. Заключительная часть. Упражнение «Формула общего покоя» - расслабление, развитие умений «переключаться» с одной эмоции на другую, «переходит» из возбужденного состояния к спокойному.

План мероприятий с субъектами образовательного процесса

№	Направления работы	Формы и методы, содержание	Предполагаемый результат
1.	Психолого-педагогическая диагностика	1. Методика «Несуществующее животное» 2. Методика «Кактус» М.З.Дукаревич 3. Анкета по выявлению ресурсного близкого «Этот человек...» Цветкова С.П.	Выявление агрессивных форм поведения и личностных особенностей обучающихся.
2.	Коррекционно-развивающая работа	Занятия 1. Учусь владеть собой 2. Открытое занятие «Злость и как с ней бороться» 3. Розы для учительницы 4. Умение сказать нет	Снизится уровень агрессивности у обучающихся, повысится уверенность в себе. Улучшатся взаимоотношения со сверстниками и взрослыми за счет использования ими приобретенных навыков конструктивного взаимодействия. Улучшится самоконтроль и саморегуляция учащихся.
3.	Консультирование	Индивидуальное консультирование	Разрешение проблемных ситуаций
4.	Просветительская и профилактическая работа	Выступление на родительском собрании «Особенности подросткового возраста», «Буллинг», «Суицид» Выпущены буклеты: «Что такое буллинг?», «Суициду нет»	Принятие родителями на себя определённой ответственности за воспитание ребенка. Повышение компетентности педагогов, родителей.

	Выпуск статьи «Развитие моторики рук обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на коррекционных занятиях путём использования приёмов здоровьесберегающих технологий.	
--	---	--

**Тематическое планирование групповых коррекционных занятий
6 класс**

№	Наименование разделов, тем и содержания	Характеристика деятельности обучающихся	Объём часов	Дата
1.	Развитие и коррекция эмоционально-регулятивных навыков			
1.1	Саморегуляция «Учусь владеть собой» Игра «Упрямая подушка» - снятие общей агрессии, негативизма, упрямства. Игра «Дракон кусает свой хвост» - снятие напряженности, невротических состояний, страхов. Игра «Клеевой дождик» способствует развитию сплоченности группы. Упражнение «Формула общего покоя» - расслабление, развитие умений «переключаться» с одной эмоции на другую, «переходит» из возбужденного состояния к спокойному.	Играют в игры, выполняют упражнения, обучаются приемам саморегуляции эмоционального состояния, техники отказа, анализируют формы поведения.	1	14.09.22
1.2	«Злость и как с ней бороться» Приветствие «Здороваемся в парах: рукопожатием, левым плечом...», притча о змее, исследование с шариками «Агрессия», проговаривание правил, упражнения «снежки», «песок». «знак – стоп агрессия», упражнение на релаксацию «змея – ёжик».	Изучают способы снятия агрессии.	1	20.09.22
1.3	«Розы для учительницы из лёгкого пластилина» Игра «снежный ком «Садовые цветы» - мобилизация, развитие памяти. Игры с пластилином (растягивание, расплющивание, раскатывание)-получение нежных ощущений, приятных соприкосновений с пластилином, релаксация. Лепка цветка розы по образцу - высвобождение творческой энергии.		1	27.09.22

		Наслаждение результатом работы. Рефлексия. Рисование смайлика в круге на доске.		
1.4		Умение сказать нет Упражнение «Колпак», беседа «Техники отказа», игра вопрос-ответ», изучение способов сопротивления, тест «Как я ориентируюсь в разных ситуациях, ролевая игра «Отказ».		1 21.09

В рамках недели по профилактике терроризма на индивидуальном коррекционном занятии выполнили с Митюхляевой Дарьей творческую работу «Миру мир». Рисовали клеем и ячневой крупой с крупной фракцией. Изобразительная деятельность средствами арттерапии направлена на снятие тревожности, развитие мотивации к занятиям коррекции к исследованию всего нового и созданию положительного эмоционального фона. Ячневая крупа при рисовании создаёт массажный эффект, что способствовало развитию мелкой моторики рук. Фотоотчет смотрите в приложении.

**Технологическая карта психологического занятия в форме тренинга
по коррекции агрессивного поведения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
с использованием приемов здоровьесберегающих технологий. Тема: «Злость и как с ней бороться»**

Организационная информация	
Группа, количество человек	10 человек (6 класс)
Тема для учителей	1. Тренинг по коррекции агрессивного поведения детей с умственной отсталостью (с интеллектуальными нарушениями) с использованием приёмов здоровьесберегающих технологий
Тема для детей	2. «Злость и как с ней бороться»
Описание мероприятия	
Тип мероприятия	Тренинговое занятие
Время реализации мероприятия	30 минут.
Образовательная технология	Гуманно – личностные технологии, здоровьесберегающие технологии
Цели мероприятия, (образовательные, развивающие, воспитательные)	1. <u>Цель:</u> Коррекция агрессивного поведения у обучающихся 6 класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) <u>Задачи мероприятия:</u> 1. Изучение эффективных способов снятия агрессии; 2. Ориентация на партнерское общение; 3. Управление своим эмоциональным состоянием. 4. Развитие моторики рук.
Планируемые результаты Знания, умения, навыки и качества, которые актуализируют/приобретут/закрепят педагоги в ходе мероприятия.	Участники тренинга учатся выражать свою агрессию посредством выполненных упражнений, овладевают навыками для выполнения упражнения на релаксацию.
БУД которые приобретут ученики в ходе мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Личностные БУД: сформирован интерес к новому, положительное отношение к самопознанию и готовность применять знания на практике • Регулятивные БУД: рефлексия собственной деятельности на занятии. • Коммуникативные УУД: конструктивный диалог в группе, участие в диалоге, стремление к сотрудничеству.

- Познавательные БУД: составлены выводы после каждого упражнения, приобретены представления об эмпатии, рефлексии и таких понятиях, как «злость» и «агрессия».

Аналитическая информация.

Как учитывались психолого-педагогические особенности классного коллектива/группы при отборе методов и содержания урока/мероприятия	Группа состоит из учеников 6 класса. Групповые психологические занятия ориентированы на коррекцию эмоциональной сферы и эффективное взаимодействие всех участников в процессе обучения. Перед занятиями были проведены психологические тесты и методики, выявившие основные проблемы обучающихся 6 класса. Формат тренинга наиболее удобен для групповой работы. За урок длительностью 30 минут проводится 5 упражнений. В конце занятия проводится рефлексия.
--	--

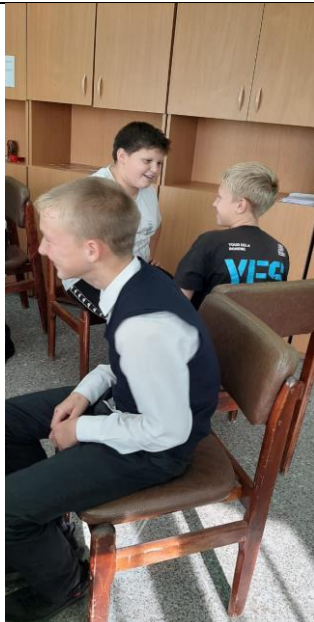
Дополнительная информация

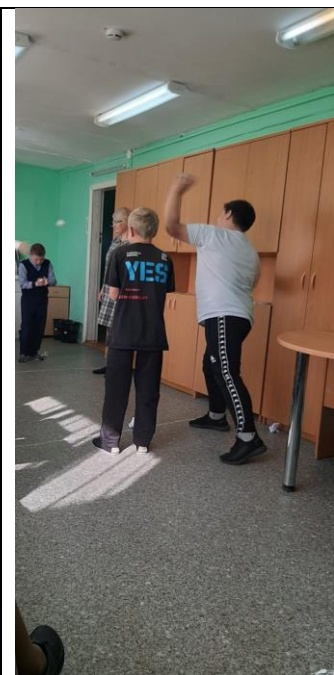
Ресурсы, оборудование и материалы	План-конспект мероприятия, мягкие стулья, притча «Змея и мудрец», шарики зелёного и красного цвета», ненужная бумага для упражнений, космический песок, белый картон. ножницы, цветные карандаши, фломастеры.
-----------------------------------	---

Фаза мероприятия	Этап мероприятия	Ход тренинга
Фаза 1 «Начало образовательного мероприятия»	<p>Организационный момент.</p> <p>Вхождение в тему</p>	<p>Дети заходят в класс и садятся на стулья расположенные попарно.</p> <p>Психолог: сегодня здороваться будем в парах и так как я вам скажу. Здравваемся рукопожатием, правыми коленями левыми локтями, подмигиванием. Молодцы.</p> <p>Ребята я вам сейчас прочитаю притчу.</p> <p>Послушайте внимательно и скажите о чем она.</p> <p>Притча о змее.</p> <p>Жила-была невероятно свирепая, ядовитая и злобная Змея. Однажды она повстречала Мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злость (агрессию). Мудрец ей посоветовал прекратить обижать людей, и Змея решила простодушно жить, не нанося ущерб никому.но как только люди узнали, что Змея не опасна, они стали бросать в неё камни, таскать её за хвост и издеваться над ней. Это были тяжёлые времена для змеи. Мудрец увидев, что происходит, и выслушав жалобы Змеи, сказал: «Дорогая, я просил перестать причинять людям страдания и боль, но я не говорил, чтобы ты не шипела и не отпугивала их»</p> <p>О чем притча? О том что агрессия (злость) в маленьких дозах может быть полезна.</p>
Фаза 2 «Работа над темой»	Проработка содержания темы:	И тема нашего тренинга «Злость и как с ней бороться» Упражнение с шариками (красный- много негатива накопилось в человеке, зеленый-

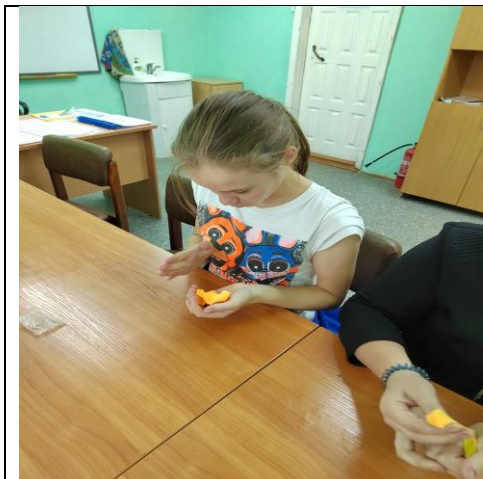
		<p>незначительная агрессия).</p> <p>И если не сливать негатив, то можно взорваться.</p> <p>И вот чтобы не взорваться, мы сейчас проиграем несколько игр для снятия негатива, напряжения, агрессии.</p> <p>Но сперва мы повторим правила при игре: не трогать руками человека, стоп игра.</p>
	Упражнение «Снежки»	<p>Цель: снятие эмоционального напряжения.</p> <p>1 игра «Снежки» мне нужны 4 человека. Вам нужно на время как можно больше смять бумаги и забросать соперника. Выигрывает тот кто больше смял бумаги и закидал соперника.</p>
	Упражнение «Попади в ведро».	<p>Цель: снятие агрессивности, развитие навыков общения.</p> <p>Спасибо игроки меняются.</p> <p>2 игра «попади в ведро» Кто больше накидает комков в ведро.</p>
	<p>Упражнение «Песок».</p> <p>Самостоятельная деятельность детей (развитие моторики рук) Значок-стоп агрессия»</p> <p>Упражнение на релаксацию « Змея –ёжик»</p>	<p>3 игра с песком. Лепим агрессию посмотрим на неё, улыбнёмся и ломаем наш негатив чтобы он нам жить не мешал.</p> <p>Но это всего лишь игры, а как в жизни можно тушить зло и сразу же делать добрые дела?</p> <p>Помыть пол, вытереть пыль, помыть посуду и другие домашние дела.</p> <p>А еще я для вас приготовила во такой значок называется он стоп. Мы сей час с вами его раскрасим и положим в карман, как только почувствуем что закипаем, не справляемся со своим гневом дотрагиваемся до значка и успокаиваемся. Дети рисуют знак и кладут его в карман.</p> <p>Упражнение на релаксацию « Змея –ёжик». Змея – дети напрягаются, ёжик – дети расслабляются.</p>
Фаза 3 «Завершение образовательного мероприятия»	5. Подведение итогов	<p>Что же, мы с вами научились выражать нашу злость способами, не вредящими другим людям. Давайте подумаем, что нового и интересного мы узнали на этом занятии?</p> <p>Что понравилось, а что – нет?</p> <p>Дети: (отвечают на вопросы).</p> <p>Психолог: Я предлагаю вам оценить свое состояние. У доски лежат фломастеры, подходите и рисуете смайлики в большом круге. Это будет наш общий смайлик настроения.</p>
	Рефлексия «Здесь и теперь»	<p>Возьмёмся за руки и скажем до свидания.</p>

Фотографии с открытого группового занятия «Злость и как с ней бороться»





Фотографии с группового занятия «Розы для учителя»



Фотография с индивидуального коррекционного занятия в рамках недели по профилактике терроризма

