Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Адаптивная школа-интернат «Ступени» г. Перми»

**Аннотация к рабочей программе для старшеклассниц с умственной отсталостью**

**«Тайны женственности» или «Я – хозяйка своей судьбы»**

**на 2022– 2023 учебный год**

**Составитель:** Разоренова Ирина Владимировна

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы аннотации** | **Содержание** |
| 1 | **Программа образования** | *АООП для обучающихся (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1.); АООП для обучающихся с умственной отсталостью* |
| 2 | **Нормативно-правовая база для разработки программы** | * Федеральным законом в РФ № 273 – ФЗ «Об образовании в РФ»; * Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; * Базисным учебным планом специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида (1 вариант)» 2002 г, утвержденным Приказом Министерства образования РФ «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанниках с отклонениями в развитии» № 29/2065-п от 10 апреля 2002 г.; * АООП для обучающихся с умственной отсталостью МАОУ «Адаптивная школа – интернат «СТУПЕНИ» г. Перми, утвержденная приказом директора ОУ; * Учебный плана МАОУ «Адаптивная школа – интернат «СТУПЕНИ» г. Перми на 2022 - 2023 учебный год |
| 3 | **Учебники** | Не предусмотрены |
| 4 | **Цели и задачи изучения учебного предмета** | **Цель:** Формирование фемининного стиля поведения у девочек – подростков и старшеклассниц.  **Задачи:**  1) Психологическое сопровождение девочек – подростков в период первой влюбленности;  2) Воспитание адекватного полоролевого поведения у старшеклассниц;  3) Психологическое просвещение по вопросам закономерностей становления и развития семьи. |
| 5 | **Сроки реализации программы, место предмета в учебном плане** | Программа состоит из 3 блоков:  1 блок - «Уроки первой любви». Программа рассчитана на 10 занятий продолжительностью 1 -1,5 часа.  2 блок – «Искусство женственности». Включает в себя 15 занятий протяженностью 1–1,5 часа.  3 блок – «Секреты благополучной семьи». Программа рассчитана на 10 занятий продолжительностью 1 -1,5 часа. |
| 6 | **Содержание учебного материала** | 1 блок - «Уроки первой любви».  **Занятие 1: Психология для девочек. Или зачем мы сегодня собрались:** знакомство, сплочение группы, создание доброжелательной атмосферы в группе; осознание многообразия проявлений личности каждого участника; выяснение ожиданий, знакомство с планом тренинга, целями и задачами.  **Занятие 2: Твои друзья и подружки:** ознакомление с критериями и значением дружеских отношений для человека; обучение конкретным приемам, позволяющим сохранить гармоничные отношения в системе «подруга – я – возлюбленный»; развитие способности к самоанализу и самопознанию.  **Занятие 3: Что такое любовь?:** ознакомление с понятием «истинная любовь» и ее существенными признаками; развитие умения видеть и понимать психологические особенности некоторых типов юношей и учитывать эти особенности в общении с ними; формирование понимания сущности нравственных норм.  **Занятие 4: Как найти свою первую любовь?:** обучение конструктивным способам взаимодействия с мальчиками, выражению своих чувств и переживаний без конфликтов и насилия; осознание собственной ответственности за свои личностные проблемы; повышение самооценки через получение позитивной обратной связи и поддержки от группы.  **Занятие 5: Любовь без взаимности:** ознакомление с понятием «безответная любовь», ее социальными проявлениями и значением; развитие чувства собственного достоинства; развитие умения уважать достоинство других; развитие творческого воображения; совершенствование навыка понимать свое эмоциональное состояние и выражать его.  **Занятие 6: Как вести себя на первом свидании:** ознакомление со способами эмоциональной саморегуляции и выбора адекватного стиля поведения; формирование психологической женственности и полоролевых установок; развитие воображения и внимания.  **Занятие 7: Как вести себя в обществе молодого человека:** обсуждение возможных позиций в общении с мальчиками, анализ установок при их восприятии; осознание ошибок поведения при взаимодействии с мальчиками; совершенствование навыков эмоционального контакта; развитие творческого мышления.  **Занятие 8: Если твой парень встречается с кем-то еще:** обсуждение возможных вариантов выхода из конфликта; формирование позитивного отношения к своему «я»; развитие чувства собственного достоинства; развитие коммуникативных навыков.  **Занятие 9: Разрыв. Как и почему это случается:** ознакомить участников с неприемлемыми и адекватными моделями поведения в случае разрыва отношений; развитие навыка сотрудничества и согласованности действий; формирование социального доверия.  **Занятие 10: Как пережить расставание:** ознакомление с проявлением синдрома «разбитого сердца» и приемами эмоциональной и поведенческой саморегуляции: совместное обсуждение результатов тренинга; получение обратной связи от группы; подведение итогов, прощание участников.  2 блок – «Искусство женственности».  **Занятие 1:** установление эмоционального, психологического контакта; определение правил группового общения.  **Занятие 2:** развитие понимания маскулинности и фемининности, причин полового диморфизма  **Занятие 3**: рассказать о связи недостаточной веры человека в себя с его жизненным сценарием, заложенным в нем мамой; провести диагностику жизненного сценария, по которому живет девушка; заложить новое ощущение своей женственности  **Занятие 4:** определение причины неудач в процессе общения, овладение вербальными и невербальными методами общения; формирование фемининного стиля поведения.  **Занятие 5:** обучение механизмам общения; формирование умения быть открытым в процессе общения, развитие доверительных отношений; закрепление женственных черт в поведении участниц.  **Занятие 6:** формирование механизмов общения; развитие интуитивного понимания своего состояния; преодоление психологических барьеров при вступлении в контакт.  **Занятие 7:** развитие невербальных методов общения; формирование интуитивного понимания своего эмоционального состояния и состояния другого человека; развитие умения преодолевать барьеры общения.  **Занятие 8:** развитие психологического контакта, умения оценить обстановку; развитие интуитивного понимания своего тела.  **Занятие 9:** развитие вербального метода общения, формирование понимания эмоционального состояния партнера; развитие рефлексии; освоение невербальных методов общения.  **Занятие 10:** развитие интуитивного понимания своего эмоционального состояния и состояния другого человека; развитие невербальных методов общения, формирование умения сохранять собственную позицию.  **Занятие 11:** развитие интуитивного понимания своего эмоционального состояния и состояния другого человека; развитие умения выражать свою позицию; преодоление стереотипов поведения; овладение вербальными методами общения, развитие рефлексии.  **Занятие 12:** развитие умения гибко контролировать ситуацию, используя «несиловые» методы общения; развитие психологического контакта, интуитивного понимания эмоционального состояния другого человека и самого себя; развитие умения сохранять свое «я», свою позицию, используя фемининные качества.  **Занятие 13:** дальнейшее развитие вербальных и невербальных методов общения, умения гибко управлять ситуацией; развитие интуитивного понимания собственного эмоционального состояния и потребностей женского тела.  **Занятие 14:** закрепить умение пользоваться новыми методами вербального и невербального общения; закрепить умение высвобождать свои эмоции и интуитивно чувствовать эмоциональное состояние другого человека; закрепить умения рефлексии и релаксации.  **Занятие 15: И на последок…:** осознать положение «Королева», прочувствовать силу женственности в полной ее силе; поощрить эмпатическое слушание, стимулировать готовность поделиться с товарищем информацией о себе, о том, что хотелось бы совершенствовать в своих качествах, умениях, навыках; потренироваться в умении дать обратную связь партнерам по группе.  3 блок – «Секреты благополучной семьи».  **Занятие 1: Семейные будни или нежность на каждый день:** создать активную творческую атмосферу и позитивный настрой в группе; вовлечь игроков в групповое взаимодействие; актуализировать значимость семьи в жизни каждого человека.  **Занятие 2: Моя Семья. Мои корни:** стимулировать размышление о семейных ценностях и обсуждение их значимости; вызвать понимание уникальности семьи среди других семейных союзов, чувство гордости от принадлежности к ней; ознакомить со стадиями (жизненными циклами) семьи; проявить в игровой форме идею о том, что каждая семья - объединение личностей с разными характерами, ценностями, интересами и запросами;  **Занятие 3: Когда «Я» и «Ты» встречаются…:** продемонстрировать многообразие подходов и взглядов на проблему выбора; развить гибкость и чувство толерантности в участниках тренинга, провести тренировку преодоления внутреннего диссонанса, конфликта, связанного с противоречиями между идеалом и реальностью.  **Занятие 4: Когда «Я» и «Ты» встречаются… (Продолжение**): продемонстрировать многообразие подходов и взглядов на проблему выбора; развить гибкость и чувство толерантности в участниках тренинга, провести тренировку преодоления внутреннего диссонанса, конфликта, связанного с противоречиями между идеалом и реальностью.  **Занятие 5: Искусство быть капитаном семейного корабля:** продемонстрировать участникам тренинга амбивалентность стереотипного мышления, имеющиеся в нем положительные черты и таящиеся и опасности; разобраться в зависимости нашего поведения от ожиданий других людей; осознать влияние доминирующего мнения, предубеждений, заведомо принятых решений на проявляемые в семейной жизни модели поведения; способствовать мобилизации внимания и творческой фантазии членов тренинга в ходе решения групповой аналитической задачи.  **Занятие 6: Погода в доме:** поработать над осознанием важности определенных качеств характера для создания благоприятной семейной атмосферы; проанализировать собственную роль в создании общей семейной атмосферы; поощрить поисковое поведение в ситуации невербального общения, стимулировать готовность к принятию решений, лидерства, восприятия партнеров; совершенствовать умения и навыки невербальной коммуникации и партнерского взаимодействия; потренироваться в умении дать "обратную связь" партнерам по группе.  **Занятие 7: Семейные дилеммы и конфликты :** создать активную творческую атмосферу и позитивный настрой в группе; создать ситуацию, стимулирующую самооценку участников тренинга; продемонстрировать участникам тренинга разнообразие семейных отношений и различные представления о функциях и предназначении семьи как объединения людей; способствовать мобилизации внимания и творческой фантазии в ходе решения групповой задачи, актуализации внутреннего коммуникативного потенциала; продемонстрировать коды и подходы к решению проблемы/задачи; осознать положительные и отрицательные факторы доминирующего поведения; развить гибкость и чувство толерантности в участниках тренинга, провести тренировку преодоления внутреннего диссонанса, конфликта, связанного с противоречивыми стремлениями и задачами игроков; тренировка в решении коллективной задачи на основе группового соглашения и сотрудничества  **Занятие 8: Я+Ты=Мы!:** развитие спонтанности, чувства ответственности за партнера, навыков владения телом; расширение диапазона коммуникативных возможностей, способности к эмпатическому переживанию; усиление эмоциональных реакций и снятие "мышечного панциря", страха перед телесным контактом; приобретение навыков концентрации на партнере.  **Занятие 9: Я – будущий родитель!:** продемонстрировать многообразие подходов и взглядов на проблему; дать возможность высказаться по проблематике; развить гибкость и чувство толерантности в участниках тренинга провести тренировку преодоления внутреннего диссонанса, конфликта, связанного с противоречивыми взглядами на проблему.  **Занятие 10: И на последок…:** осознать положение «Королева», прочувствовать силу женственности в полной ее силе; поощрить эмпатическое слушание, стимулировать готовность поделиться с товарищем информацией о себе, о том, что хотелось бы совершенствовать в своих качествах, умениях, навыках; потренироваться в умении дать обратную связь партнерам по группе. |
| 7 | **Виды и формы контроля** | Виды контроля: предварительный, итоговый.  Формы контроля:   * Предварительный: входная комплексная диагностическая работа; * Итоговый: итоговая комплексная диагностическая работа. |
| 8 | **Планируемые результаты** | Позитивные изменения в личностной, эмоциональной сферах, в общении и поведении девочек и девушек. |
| 9 | **Список приложений к рабочей программе** | Календарно-тематическое планирование;  Методическое и материально-техническое обеспечение;  Диагностические материалы. |