

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
Государственное бюджетное негосударственное образовательное учреждение  
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
«Школа здоровья и индивидуального развития»  
(ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)  
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

**ПРИНЯТО:**

На заседании Педагогического совета  
ГБНОУ «Школа здоровья  
и индивидуального развития»  
Красногвардейского района  
Санкт-Петербурга  
протокол № 8 от 30.08.2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ГБНОУ  
«Школа здоровья и  
индивидуального развития»  
Красногвардейского района  
Санкт-Петербурга  
 С.А.Тихонин  
Приказ № 80 от 31.08.2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ  
ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ**

Возраст детей 7-10 лет  
Разработчик  
Салнев Антон Вячеславович,  
Педагог-психолог

Санкт – Петербург  
2018

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Психолого-педагогическое сопровождение гиперактивных детей» имеет социально-педагогическую направленность.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Актуальность**

В современной массовой школе обучается достаточно большое количество детей со значительными отклонениями от медицинской нормы. Помочь ребенку нормально развиваться и чувствовать себя комфортно среди здоровых детей - это очень важная и востребованная часть работы психолога, наряду с другими специалистами и родителями. Дети, не имеющие серьезных проблем со здоровьем, часто обращаются за помощью к психологу, что же говорить о детях с хроническими соматическими заболеваниями. Они нуждаются в двойной поддержке и участии.

### **Научная обоснованность**

Проводимые исследования здоровья школьников выявляют серьезные проблемы. Существуют данные о том, что современные школьники больше склонны к заболеваниям органов дыхания и некоторым хроническим заболеваниям. Так, хронический тонзиллит поражает, примерно, 4-5-го ученика, распространенность этого заболевания среди школьников разных возрастов колеблется от 20 до 34% (Н.М. Бондаренко.). Хронический тонзиллит способствует возникновению многих заболеваний внутренних органов, в первую очередь сердца, сосудов, почек, а также служит постоянным очагом интоксикации и сенсibilизации организма, снижает работоспособность и отрицательно влияет на успеваемость учащихся.

Изучение состояния здоровья учащихся выявило хронические заболевания печени, желчевыводящих путей и желудочно-кишечного тракта. Количество таких заболеваний значительно возрастает от младших классов к старшим и достигает максимума в 10 классе (Н.А. Ананьева).

За последние десятилетия отмечается рост числа аллергических заболеваний у детей. Бронхиальной астмой и аллергическими заболеваниями кожи страдают более 4% школьников Москвы и около 6% учащихся Санкт-Петербурга, где климатические условия способствуют развитию этих болезней (Г.Н. Сердюкова).

Массовое обследование московских школьников отметило у части учащихся различные нарушения эндокринных функций.

Многие исследователи выявили различные функциональные отклонения в состоянии сердечно-сосудистой системы, особенно отклонения от нормы уровня артериального давления. По данным Т.П.Борисовой в 9,6% случаев отмечается гипертония, а в специальных математических школах частота этого заболевания составляет от 15 до 23%. Это явление обусловлено умственным перенапряжением учащихся. Максимальное число гипотонических нарушений регистрируется в возрасте 13-15 лет (Л.Ф.Бережков).

При большинстве заболеваний, завершившихся с определенным «уроном» для организма либо протекающих в хронической форме, необходима мышечная деятельность. Это положение, по-настоящему понятое лишь в середине 20-го столетия, было эмпирически известно еще врачам древности. Гиппократ, которого считают «отцом» медицины, уже знал, что после выздоровления от различных болезней нужно заниматься физическими упражнениями. И применял с успехом это средство не только для взрослых, но и для детей.

Дети с хроническими соматическими заболеваниями часто имеют серьезные психологические проблемы. Известно, например, что у детей, больных ревматизмом, на стадии обострения заболевания резко ухудшается память, внимание, умственная

работоспособность, что приводит к снижению успеваемости, мотивации к обучению. Ребенок перестает быть активным в классе. Если педагог понимает причины этого и находит правильные формы воспитательного воздействия (не спрашивает ребенка в это время. Не делает ему замечаний, не подгоняет. Своим эмоциональным отношением постоянно демонстрирует ребенку: «Все в порядке»), то после обострения болезни ребенок быстро восстанавливается и вливается в учебный процесс без больших нервно-психических перегрузок. Если же учитель всем своим видом показывает ребенку, что он не доволен его учебой и поведением, а тем более ругает его и наказывает, то и после приступа у ребенка может надолго закрепиться возникшее ухудшение памяти, внимания, интеллектуальной деятельности. Все это может способствовать формированию заниженной самооценки, неуверенности в свои силы, росту ауто- или гетеро-агрессии. Резервные возможности ребенка исключительно высоки и при целенаправленных воздействиях способны значительно увеличить функциональные способности растущего организма и стать основой его здоровой жизни.

### **Отличительные особенности программы:**

Групповые занятия рекомендуется посещать родителям для отработки некоторых заданий совместно дома, что усиливает эффективность прохождения данной программы школьниками.

До начала групповых занятий проводятся встречи с учителями и родителями школьников для отбора детей в группы, для разъяснения целей и задач программы.

Дети, имеющие специфические проблемы, проходят еще цикл индивидуальных занятий совместно с родителями. Индивидуальные занятия проводятся и с учителями, где отрабатываются навыки общения с определенным ребенком.

Реализацией данной программы занимается психолог и социальный педагог (либо учитель-дефектолог).

Социальный педагог проводит занятия цикла "Развитие интеллектуальной сферы" и части цикла "Коррекция поведения".

Психолог проводит диагностику детей в начале и конце групповых занятий, часть цикла "Коррекции поведения" и индивидуальные занятия с детьми, родителями и учителями.

### **Способы взаимодействия с родителями**

Одной из главных задач психолога является установление доверительного отношения с родителями. Чем теснее связь психолога и родителей, тем больше успехов у ребенка.

Психологу необходимо заручиться родительской поддержкой, заинтересовать их в результативности учебно-воспитательного процесса.

Первая встреча с родителями происходит на родительских собраниях, где родителей знакомят с целями и задачами данной программы. После первичной диагностики детей с проблемами здоровья проводится групповая консультация родителей по ознакомлению с результатами диагностики. Также проводятся индивидуальные консультации родителей в процессе занятий (по желанию родителей). В конце занятий с детьми проводится анкетирование родителей, предлагается написать им отзывы о достижениях их ребенка, даются рекомендации взаимодействию родителей с ребенком дома по снижению уровня школьной тревожности, повышению школьной мотивации. Чтобы закреплять успехи ребенка, предлагаются игры и задания, используемые в программе.

### **Взаимодействие с педагогами**

Для педагогов, работающих с детьми данной группы, проводится групповая консультация с целью повышения психолого-педагогической компетентности в вопросах обеспечения психологической комфортности учащихся с хроническими соматическими заболеваниями. Читается мини-лекция по возрастным новообразованиям. Проводятся индивидуальные консультации педагогов по проблемам взаимодействия с детьми, имеющими трудности школьной адаптации.

### **Адресат**

Программа рассчитана на учащихся начальной школы с хроническими соматическими заболеваниями, имеющих проблемы в обучении (рассеянное внимание, слабые процессы переключения внимания, низкая слуховая и /или зрительная память, невысокий уровень наглядно-образного, вербально-логического мышления) и поведении (гиперактивность, агрессивность, замкнутость, тревожность и др.), а также на учителей и родителей данных учащихся.

### **Цель программы**

Психолого-педагогическое сопровождение гиперактивных детей.

### **Задачи**

1. Оказание помощи детям в адаптации к школе после болезни.
2. Обучить детей умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих их ситуациях.
3. Снижение уровня тревожности, агрессивности.
4. Улучшение эмоционального состояния детей.
5. Формирование мотивации здорового образа жизни.

### **Условия реализации программы:**

Групповые занятия проводятся в классном помещении в одно и то же время. В группу входит 10-12 школьников.

Цикл "Развитие интеллектуальной сферы" состоит из 12 занятий, каждое длительностью по одному часу.

Цикл "Коррекция поведения" состоит из 12 занятий по 1 часу каждое.

Частота встреч - 2 раза в неделю для детей, которым рекомендовано посещение обоих циклов, и 1 раз в неделю, посещающим один цикл.

Планируемые результаты:

1. Стабилизация разбалансированности свойств внимания.
2. Положительный уровень взаимоотношений со сверстниками, с родителями, низкий уровень конфликтности с воспитателями.
3. Приобретение навыков самоконтроля в структурированных ситуациях.

Формируемые компетенции: рефлексивная, позволяющая осуществлять самоконтроль и саморегуляцию своего поведения, познавательная, коммуникативная

У детей сформируются навыки общения со взрослыми и сверстниками. Дети станут уверены в себе, будет сформировано чувство собственного достоинства. Способны любить, ценить, беречь окружающий мир, а также уважать чужой труд и взрослых. Сформированы навыки взаимопомощи.

**Учебно-тематический план занятий  
цикл "Развитие интеллектуальной сферы"**

№	ТЕМА	Содержание	Время (час)	Методы и формы работы
1	Диагностическое занятие	Определение наличного уровня развития	1	Тестовый материал
2 3 4	Развитие внимания	Развитие произвольности внимания, способности управлять вниманием. Развитие умения смотреть и видеть, слушать и слышать. Сосредоточение (развитие концентрации внимания).	1 1 1	Упр. "Муха", "Фокусировка", "Селектор". Упр. "Сверхвнимание", "Шифровка", "Слушать тишину". Упр. "Лентяй и труженик", "Карусель".
5 6 7	Развитие памяти	Развитие зрительной памяти. Увеличение объёма запоминания с помощью ассоциативных рядов. Знакомство с приемами	1 1 1	Сочинение рассказов, объединяя зрительные образы. Запоминание стихотворений. Упр. "Бег ассоциаций".
8 9 10	Развитие мышления	Развитие наглядно-образного мышления. Развитие вербально-логического мышления. Умение правильно задавать вопросы и строить ответы. Конструирование логических цепочек.	1 1 1	Конструирование Головоломки Субтесты из теста Амтхауэра, ШТУР. Субтесты из методики Векслера, Амтхауэра
11	Развитие воображения	Снятие границ воображения. Развитие фантазии ребенка.	1	Рисуночные методики, сочинение сказок, оригиналь-стихов.
12	Итоговое диагностическое занятие	Проверка эффективности проведенного цикла занятий	1	Тестовый материал
		<b>Итого</b>	<b>12ч.</b>	

**Учебно-тематический план занятий  
цикл "Коррекция поведения"**

№	ТЕМА	Содержание	Время (час)	Формы и методы работы
1	Эмоции	Знакомство. Снятие эмоциональной напряженности. Разные эмоциональные состояния.	1,5	Упр. "Имя и свое качество", Работа с голосом. Изображение разных эмоц. состояний Дыхательные упр. на релаксацию.
2	Вербальное выражение эмоций	Умение вербально выразить свое состояние, вербально описать состояние другого.	1,5	Игры-драматизации
3	Самооценка	Определение Я-реального и Я-идеального. Пути повышения самооценки. Принятие адекватной роли.	1,5	Анкеты, рисуночные тесты, дискуссия.
4	Отношение к значимым другим	Формирование способности к эмпатии, доброжелательному восприятию достоинств и недостатков других.	1,5	Упр. на эмпатию.
5	Агрессивность	Знакомство с приемлемыми способами разрядки подавленной агрессии.	1,5	Упр. "Два медведя", "Подушки". Голосовая разрядка.
6	Конфликтные ситуации	Приобретение навыков культуры эмоциональн. экспрессии, навыков выхода из затруднительных и опасных отношений с другими.	1,5	Ролевые игры
7	Самоконтроль	Развитие волевых качеств, понятий "Я хочу", "Я могу", "Я должен".	1,5	Опросник. Физ. упр. Армреслинг Дискуссия
8	Комплименты	Умение выражать позитивное отношение к людям через комплименты.	1,5	Работа в парах дети-дети родители-дети.
		<b>ИТОГО</b>	<b>12 час</b>	

## **Оценка результативности программы:**

Эффективность программы оценивается с помощью следующих показателей (которые замеряются в начале и конце групповой работы):

- оценка объема внимания, устойчивости и переключения (кольца Ландольдта),
- оценка кратковременной слуховой и зрительной памяти (таблица с картинками, предъявляемая визуально и ряд слов, предъявляемых аудиально),
- оценка вербально-логического мышления ("Исключение слов"),
- оценка наглядно-образного мышления (поиск закономерностей, о дорисовать недостающую фигуру),
- самооценка (лестница Дембо-Рубинштейн),
- тревожность (шкала Т),
- опрос учителей,
- опрос родителей,
- отзывы учителей и родителей.

## **Учебно-методический комплекс программы:**

4.1. Для проведения занятий необходимо:

1. Занятия желательнее проводить всегда в одном и том же отдельном помещении.
2. Помещение должно быть светлым, просторным, легко проветриваемым.
3. В помещении должны быть удобные для детей стулья и столы.
4. В помещении не должно быть предметов представляющих опасность для здоровья, а также отвлекающих внимание деталей.

## **Методическое оснащение программы:**

Александрова Э.М., Куренкова Н.В. Психологическое сопровождение детей младшего школьного возраста: Учебно-метод. пособие. Ч. 1. — М., 2001.

Врязгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок. — М., 2001.

Выгодская И.Г., Пеллингер ЕЛ., Успенская Л.П. Устранение заикания у дошкольников в игре. — М., 1984.

Горячева Т.Г., Султанова А.С. Сенсомоторная коррекция нарушений психического развития в детском возрасте. — М., 1999

## **Содержание программы:**

Программа включает в себя два направления работы:

- а) индивидуальная и групповая работа с детьми
- б) индивидуальная работа с родителями и учителями.

На первом этапе с помощью учителей и медицинского работника школы определяется группа детей с хроническими соматическими заболеваниями, имеющих сложности с усвоением учебного материала и проблемы эмоционального и поведенческого характера.

Методы, применяемые на первом этапе: беседа, наблюдение. На втором этапе определяется наличный уровень развития внимания, памяти, мышления детей и их личностные особенности с помощью самооценочных методик

лестница Дембо-Рубинштейн,

проективных методик "Несуществующее животное", "Рисунок семьи", теста на определение тревожности (шкала Т).

На третьем этапе проводится групповая работа с детьми в двух подгруппах. В первой подгруппе занятия направлены на развитие интеллектуальных способностей детей, во

второй - на коррекцию индивидуального и межличностного поведения школьников, на развитие эмоциональной сферы.

На этом же этапе проводится и индивидуальная работа с детьми, их родителями и учителями.

### Календарный учебный график

Возраст учащихся	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
(7-10 лет)	Сентябрь	Май	24	24	Групповые занятия
начало занятий по мере комплектования групп, в течение учебного года.					

### Список использованной литературы:

1. Громбах СМ. Школа и психическое здоровье учащихся. М., 2007
2. Диагностика учебной деятельности и интеллектуального развития детей /Под ред. Д.В.Эльконина, Л.А.Венгера. М., 2005
3. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога. М., 2008
4. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия. СПб., 2006
5. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. М.,2009
6. Матюгин И.Ю. 126 эффективных упражнений по развитию вашей памяти. М., 2011
7. Оклендер В. Окна в мир ребенка. М., 2007
8. Фопель К. Психологические группы. М., 2008