

Рабочая программа «Я учусь владеть собой» направлена на формирование эмоциональной стабильности и положительной самооценки младших школьников с ОВЗ.

Предлагаемая программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС для обучающихся 1-4 классов с сохранным интеллектом.

Задачи программы:

- повышение у обучающихся уровня школьной мотивации, уверенности в себе;
- снижение школьной тревожности;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- познавательное и эмоциональное развитие ребенка;
- формирование знаний и установок, личных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования.

Данная программа позволяет индивидуализировать процесс развития способности к психическому самоуправлению у детей, испытывающих трудности в учебной деятельности, и способствует оказанию психологической помощи "трудным" детям.

Рабочая программа составлена на 25 занятий по 10 темам. Оптимальная периодичность встреч участников программы – 1–2 раза в неделю. Продолжительность занятия не превышает 40 минут.