

КГБОУ «Железногорская школа-интернат»
Методическое объединение «Ступени успеха»

Методическое описание дидактического пособия

Рабочая тетрадь **«Я и мои чувства и эмоции»**



Подготовила:

Марющенко Ольга Семеновна

педагог-психолог

Железногорск, 2023

Аннотация

Дидактическое пособие «Я и мои чувства и эмоции» предназначено для коррекции и развития у обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) эмоционально-чувственной сферы и коммуникативных навыков. Пособие представляет собой Рабочую тетрадь с коррекционно – развивающими заданиями. Предложенные задания направлены на развитие самосознания учеников, коррекцию самооценки, помогают детям оценить своё психоэмоциональное состояние. Чем лучше ребёнок научится определять и контролировать свои эмоции и чувства, тем легче ему будет наладить общение и взаимодействие с ровесниками и взрослыми.

В развитие структуры самосознания включены следующие компоненты:

- Позитивное отношение к себе, своему имени
- Самооценка
- Оценка себя в отношениях с окружающими

В пособии предложены задания на развитие умения осознавать свои эмоции и распознавать эмоциональные реакции других людей, передавать эмоциональное состояние при помощи движений. Выполняя задания, учащиеся учатся определять причины отрицательных эмоций и адекватно выражать негативные эмоции.

Наряду с этим, в Рабочей тетради предусмотрены задания на выявление детско-родительских отношений в семье: понимание внутрисемейных ролей, особенности взаимоотношений в семье.

В пособии предусмотрены диагностические задания:

- Анкета «Немного о себе»
- Тест на выявление уровня тревожности
- Шкала самооценки личности
- Рисуночный тест для детей «Моя жизнь в школе»

Задания в тетради выполняются в подгруппе и индивидуально. Задания можно использовать в конце коррекционного занятия как закрепление знакомого материала. Так же можно использовать в течении всего занятия.

Данное пособие могут использовать педагоги в коррекционной работе с обучающимися.

Комплектация:

-листы А4 с заданиями с обеих сторон. Листы заламинированы для удобства выполнения задания фломастером. Кроме этого, плёнка придаёт опрятный вид и предохраняет от внешних воздействий;

- листы скреплены в папку;

Описание работы с пособием

Задания оформлены по следующим направлениям:

- Представление о себе (анкета «Немного о себе», моё имя, мой портрет, моя самооценка, уровень тревожности, имена чувств)
- Представление о своей семье (рисунок, анкета «Роли в семье», стихотворение «Что такое семья», семейные ситуации и эмоции, знакомство с советами «Чтобы в семье всем было хорошо»)
- Отношение к жизни в школе (тест «Моя жизнь в школе», оценка поступков, «Каким должен быть друг?», определение эмоций одноклассников)

При разработке дидактического материала использовалась литература:

1. Лебедеко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. М., Прометей 2003
2. Хухлаева О.В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников. М., 2003
3. <https://pedsovet.org/article/9-igr-dla-razvitia-emocionalnogo-intellekta-u-doskolnikov>
4. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2020/04/27/kartoteka-igr-dlya-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta-detey>