

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа п. Опытный»
Цивильского муниципального округа Чувашской Республики

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы:

_____/Фадеева Г.Г./
Приказ № 200 от 30 августа 2023 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ОД /Пыренкова С.В./

«РАССМОТРЕНО»

н заседании Методического совета

_____/Пыренкова С.В./
Протокол № 1 от 30 августа 2023 г.

**Адаптивная рабочая программа
психокоррекционных занятий
с детьми с ЗПР (5-9 класс)
*«Тропинка к своему Я»***

Составила:
педагог-психолог
Н.Е. Степанова.

срок реализации 2023-2024 год

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ п. Опытный», Примерной основной образовательной программы основного общего образования.

Программа коррекционной работы в соответствии с требованиями ФГОС АООП ООО обучающихся с ЗПР включает целевой, содержательный и обучающих с ОВЗ направлена на создание системы комплексной помощи обучающимся с ЗПР в освоении АООП ООО, коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся, их социальную адаптацию.

Предлагаемая программа психологических занятий в средней образовательной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья подростков. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы, которая включает три основных компонента:

- аксиологический (связанный с сознанием);
- инструментально-технологический;
- потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»:

собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Программа является частью «Коррекционной программы».

Направлена на выявление индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся с задержкой психического развития, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии, и создание адекватных условий для их реализации; осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с задержкой психического развития с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);

оказание индивидуальной помощи в освоении обучающимися с задержкой психического развития основной образовательной программы начального общего образования;

возможность развития коммуникации, социальных и бытовых навыков, адекватного учебного поведения, взаимодействия со взрослыми и детьми, формированию представлений об окружающем мире и собственных возможностях ребенка.

Цель рабочей программы - формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни и социализации.

Задачи курса:

1. Способствовать успешной психологической адаптации учащихся к условиям обучения в основной школе.
2. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
3. Мотивировать к самопознанию и познанию других людей.
4. Развивать самосознание, самопринятие.
5. Содействовать формированию эго-идентичности.
6. Способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
7. Учить анализировать свое поведение, свои поступки и поступки других.
8. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
9. Учить распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать свои чувства и чувства другого человека.
10. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.
11. Прививать умение быть толерантными и терпимыми к недостаткам и особенностям других людей.
12. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
13. Формировать терпимость к мнению собеседника. Учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Принципы коррекционной работы.

➤ Принцип приоритетности интересов обучающегося определяет отношение работников организации, которые призваны оказывать каждому обучающемуся помощь в развитии с учетом его индивидуальных образовательных потребностей.

➤ Принцип системности - обеспечивает единство всех элементов коррекционно-воспитательной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.

➤ Принцип непрерывности обеспечивает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения школьника с учетом изменений в их личности.

➤ Принцип вариативности предполагает создание вариативных программ коррекционной работы с детьми с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития.

➤ Принцип единства психолого-педагогических и медицинских средств, обеспечивающий взаимодействие специалистов психолого-педагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционно-воспитательной работы.

➤ Принцип сотрудничества с семьей основан на признании семьи как важного участника коррекционной работы, оказывающего существенное влияние на процесс развития ребенка и успешность его интеграции в общество.

Психолого-педагогические особенности обучающихся с задержкой психического развития

Общими для всех детей с ЗПР являются трудности произвольной саморегуляции, замедленный темп и неравномерное качество становления высших психических функций, мотивационных и когнитивных составляющих познавательной деятельности. Для значительной части детей и подростков с ЗПР типичен дефицит социально-перцептивных и коммуникативных способностей, нередко сопряженный с проблемами эмоциональной регуляции, что в совокупности затрудняет их продуктивное взаимодействие с окружающими. Переход от совместных учебных действий под руководством учителя (характерных для начальной школы) к самостоятельным (на уровне основной школы) предъявляет к подростку с ЗПР требования самостоятельного познавательного поиска, постановки учебных целей, освоения и самостоятельного осуществления контрольных и оценочных действий, инициативы в организации учебного сотрудничества. По мере взросления у подростка происходит качественное преобразование учебных действий моделирования, контроля, оценки и переход к развитию способности проектирования собственной учебной деятельности и построению жизненных планов во временной перспективе. Характерной особенностью подросткового периода становится развитие форм понятийного мышления, усложнение используемых коммуникативных средств и способов организации учебного сотрудничества в отношениях с учителями и сверстниками. Акцент в коммуникативной деятельности смещается на межличностное общение со сверстниками, которое приобретает для подростка особую значимость. В личностном развитии происходят многочисленные качественные изменения прежних интересов и склонностей, качественно изменяются самоотношение и самооценка в связи с появлением у подростка с ЗПР значительных субъективных трудностей и переживаний. К девятому классу завершается внутренняя переориентация с правил и ограничений, связанных с моралью послушания, на нормы поведения взрослых. Следует учитывать ряд особенностей подросткового возраста: обостренную восприимчивость к усвоению норм, ценностей и моделей поведения; сложные поведенческие проявления, вызванные противоречием между потребностью в признании их со стороны окружающих и собственной неуверенностью; изменение характера, способа общения и социальных взаимодействий. Процесс взросления у детей с ЗПР осложняется характерными для данной категории особенностями. У подростков с ЗПР часто наблюдаются признаки личностной незрелости, многие из них внушаемы, легко поддаются убеждению, не могут отстаивать собственную позицию. Особые сложности могут создавать нарушения произвольной регуляции: для них характерны частые импульсивные реакции, они не могут сдерживать свои стремления и порывы, бывают не сдержаны в проявлении своих эмоций, склонны к переменчивости настроения. В целом у всех обучающихся с ЗПР отмечается слабость волевых процессов, что проявляется в невозможности сделать волевое усилие при учебных и иных трудностях.

У подростков с ЗПР не сформированы внутренние критерии самооценки, что снижает их устойчивость к внешним негативным воздействиям со стороны окружающих, проявляется в несамостоятельности и шаблонности суждений. Обучающиеся с ЗПР нередко демонстрируют некритично завышенный уровень притязаний, проявления эгоцентризма. Недостатки саморегуляции снижают способность к планированию, приводят к неопределенности интересов и жизненных перспектив.

При организации обучения на уровне основного общего образования важно учитывать особенности познавательного развития, эмоционально-волевой и личностной сферы обучающихся с ЗПР, специфику усвоения ими учебного материала.

Особенности эмоционально-личностной и регуляторной сферы

Центральным признаком ЗПР любой степени выраженности является недостаточная сформированность саморегуляции. В подростковом возрасте произвольная регуляция все еще остается незрелой. Подростки с ЗПР легко отвлекаются в процессе выполнения заданий, совершают импульсивные действия, приступают к работе без предварительного планирования, не проводят промежуточного контроля, а потому и не замечают своих ошибок. Школьникам бывает трудно долго удерживать внимание на одном предмете или действии. Отмечается несформированность мотивационно-целевой основы учебной деятельности, что выражается в низкой поисковой активности.

По причине слабой регуляции деятельности, обучающиеся с ЗПР нуждаются в постоянной поддержке со стороны взрослого, организующей и направляющей помощи, а иногда руководящем контроле.

Трудности развития волевых процессов у подростков с ЗПР приводят к невозможности устойчиво мотивированного управления своим поведением. У детей и подростков с ЗПР низкая эмоциональная регуляция проявляется в нестабильности эмоционального фона, недостаточности контроля проявлений эмоций, склонности к аффективным реакциям, раздражительности, вспыльчивости.

У обучающихся с ЗПР наблюдается недостаточное развитие эмоциональной сферы, которое характеризуются поверхностностью и нестойкостью эмоций, сниженной способностью к вербализации собственного эмоционального состояния бедностью эмоционально-экспрессивных средств в общении с окружающими, слабостью рефлексивной позиции, узким репертуаром способов адекватного выражения эмоций и эмоционального реагирования в различных жизненных ситуациях.

У учащихся с ЗПР нарушено развитие самосознания, для них характерна нестабильная самооценка, завышенные притязания, стойкость эгоцентрической позиции личности, трудности формирования образа «Я». Подросткам сложно осознавать себя в системе социальных взаимоотношений, выстраивать адекватное социальное взаимодействие с учетом позиций и мнения партнера.

Несмотря на способность понимать моральные и социальные нормы социума, подростки с ЗПР затрудняются в выстраивании поведения с учетом этих требований. В характерологических особенностях личности выделяются высокая внушаемость, чувство неуверенности в себе, сниженная критичность к своему поведению, упрямство в связи с определенной аффективной неустойчивостью, боязливость, обидчивость, повышенная конфликтность.

Существенные трудности наблюдаются у подростков с ЗПР в процессе планирования жизненных перспектив, осознания совокупности соответствующих целей и задач. Кроме того, все это сопровождается безынициативностью, необязательностью, уходом от ответственности за собственные поступки и поведение, снижением стремления улучшить свои результаты.

Особенности коммуникации и социального взаимодействия, социальные отношения

У подростков с ЗПР недостаточно развиты коммуникативные навыки, репертуар коммуникативных средств беден, часто отмечается неадекватное использование невербальных средств общения и трудности их понимания. Качество владения приемами конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми невысокое. Социальные коммуникации у них характеризуются отсутствием глубины и неустойчивостью в целом, неадекватностью поведения в конфликтных ситуациях. Понимание индивидуальных личностных особенностей партнеров по общению снижено, слабо развита способность к сочувствию и сопереживанию, что создает затруднения при оценке высказываний и действий собеседника, учете интересов и точки зрения партнера по совместной деятельности. Усвоение и воспроизведение адекватных коммуникативных эталонов неустойчиво, что зачастую делает коммуникацию подростков с ЗПР малопродуктивной, сказывается на умении поддерживать учебное сотрудничество со сверстниками и взрослыми. Общепринятые правила общения и сотрудничества принимаются частично, соблюдаются с трудом и избирательно. Подростки с ЗПР не всегда могут понять социальный и эмоциональный контекст конкретной коммуникативной ситуации, что проявляется в неадекватности коммуникативного поведения, специфических трудностях вступления в контакт, его поддержания и завершения, а в случае возникновения конфликта – к неправильным способам реагирования, неадекватным стратегиям поведения. Школьники с ЗПР не умеют использовать опыт взаимоотношений с окружающими для последующей коррекции своего коммуникативного поведения, не могут учитывать оценку своих высказываний и действий со стороны взрослых и сверстников.

Условия для реализации программы.

Программно-методические условия:

- диагностический материал с методическими рекомендациями;
- демонстрационный материал по предметам;
- игровые коррекционно-развивающие пособия;
- дидактический раздаточный материал для обеспечения прохождения разделов программы;
- учебные пособия по развитию устной и письменной речи, математических представлений;
- цифровые образовательные ресурсы;
- методическое сопровождение к материалу.

Материально-технические условия:

Оргтехника.

Помещение для проведения занятий, соответствующее СанПин

Сенсорная комната.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса.

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизм, уважение к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном

самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

б) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности; 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) Воспитание чувства гордости за культуру и искусство чувашского народа; уважительного отношения к культуре и искусству других народов, проживающих на территории Чувашской Республики; развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия чувашского народа; понимание роли культуры и искусства в жизни чувашского народа

Значимым личностным результатом освоения АООП ООО обучающихся с ЗПР, отражающим результаты освоения коррекционных курсов и Программы воспитания, является сформированность *социальных (жизненных) компетенций*, необходимых для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающих становление социальных отношений обучающихся с ЗПР в различных средах, в том числе:

Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:

- в умении различать учебные ситуации, в которых они могут действовать самостоятельно, и ситуации, где следует воспользоваться справочной информацией или другими вспомогательными средствами;
- в умении принимать решение в жизненной ситуации на основе переноса полученных в ходе обучения знаний в данную ситуацию, восполнять дефицит информации;
- в умении находить, отбирать и использовать нужную информацию в соответствии с контекстом жизненной ситуации;
- в умении связаться удобным способом и запросить помощь, корректно и точно сформулировав возникшую проблему;
- в умении оценивать собственные возможности, склонности и интересы для самореализации.

Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни, проявляющееся:

- в готовности брать на себя инициативу в повседневных бытовых делах и брать на себя ответственность за результат своей работы;
- в умении адекватно оценивать свои возможности относительно выполняемой деятельности;
- в принятии на себя обязанностей при участии в повседневной жизни класса и школы;
- в умении ориентироваться в требованиях и правилах проведения промежуточной и итоговой аттестации;
- в применении в повседневной жизни правил личной безопасности.

Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:

- в обогащении опыта коммуникации подростка, расширении коммуникативного репертуара и гибкости общения в соответствии с контекстом социально-коммуникативной ситуации;
- в умении использовать коммуникацию как средство достижения цели;

- в умении критически оценивать полученную от собеседника информацию;
- в освоении культурных форм выражения своих чувств, мыслей, потребностей;
- в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком.

Развитие способности к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющейся:

- в умении использовать полученные знания и опыт для безопасного взаимодействия с окружающей средой;
- в адекватности поведения подростка с точки зрения опасности или безопасности для себя или для окружающих;
- в углублении представлений о целостной и подробной картине мира, упорядоченной в пространстве и времени, адекватной возрасту подростка;
- в осознании взаимосвязи общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, в умении придерживаться этого порядка;
- в развитии активной личностной позиции во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности и умении адекватно оценить свои достижения;
- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей, исключая асоциальные проявления;
- в овладении основами финансовой грамотности.

Развитие способности к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, проявляющаяся:

- в умении регулировать свое поведение и эмоциональные реакции в разных социальных ситуациях с людьми разного статуса;
- в освоении необходимых социальных ритуалов в ситуациях необходимости корректно привлечь к себе внимание, отстраниться от нежелательного контакта, выразить свои чувства, отказ, недовольство, сочувствие, намерение, опасение и др.;
- в соблюдении адекватной социальной дистанции в разных коммуникативных ситуациях;
- в умении корректно устанавливать и ограничивать контакт в зависимости от социальной ситуации;
- в умении распознавать и противостоять психологической манипуляции, социально неблагоприятному воздействию.

Метапредметные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы представлены в соответствии с подгруппами универсальных учебных действий, раскрывают и детализируют основные направленности метапредметных результатов. Они отражают:

- освоенные обучающимися с ЗПР межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);
- способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике;
- самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками;
- построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы представлены в соответствии с группами результатов учебных предметов, раскрывают и детализируют их в отношении:

- освоенных обучающимися с ЗПР в ходе изучения учебного предмета умений, специфических для данной предметной области;

- видов деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях;
- формирования научного типа мышления, научных представлений о ключевых теориях, типах и видах отношений;
- владения научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

В соответствии ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий:
регулятивные, познавательные, коммуникативные

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
 - систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
 - отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
 - оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
 - находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
 - работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
 - устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
 - сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
 - анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
 - свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
 - оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
 - обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
 - фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.
5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.

Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации,

устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ).

Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.
- возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение.

Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;

преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);

критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Обучающийся сможет:

определять свое отношение к природной среде;

анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;

проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;

прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;

распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;

выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;

осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;

формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;

соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Обучающийся сможет:

определять возможные роли в совместной деятельности;

играть определенную роль в совместной деятельности;

принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;

определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;

строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;

выделять общую точку зрения в дискуссии;

договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей

деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.
Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ).

Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Планируемые результаты коррекционной работы

Основным объектом оценки достижений планируемых результатов освоения обучающимися с ЗПР программы коррекционной работы выступает наличие положительной динамики обучающихся в интегративных показателях, отражающих успешность достижения образовательных достижений, расширение сферы жизненной компетенции и преодоления/ослабления нарушений развития.

Оценка достижения планируемых результатов коррекционной работы

Оценка результатов освоения обучающимися с ЗПР программы коррекционной работы на уровне основного общего образования проводится с помощью мониторинговых процедур. Мониторинг позволяет осуществить не только оценку достижений планируемых результатов освоения обучающимися программы коррекционной работы, но и при необходимости вносить коррективы в ее содержание и организацию. Используется три формы мониторинга: стартовую, текущую и итоговую диагностику.

Стартовая диагностика позволяет наряду с выявлением индивидуальных особых образовательных потребностей и особенностей обучающихся с ЗПР, выявить исходный уровень показателей развития познавательной, эмоциональной, регуляторной, личностной, коммуникативной и речевой сфер, свидетельствующий о степени влияния нарушений развития на учебно-познавательную деятельность и социальную адаптацию.

Текущая диагностика используется для осуществления мониторинга в течение всего времени обучения обучающегося на основном уровне образования. При использовании данной формы мониторинга можно использовать экспресс-диагностику показателей психологического развития, состояние которых позволяет судить об успешности (наличие положительной динамики) или неуспешности (отсутствие динамики) обучающихся с ЗПР в освоении планируемых результатов овладения программой коррекционной работы в части освоения коррекционных курсов. Данные экспресс диагностики выступают в качестве ориентировочной основы для определения дальнейшей стратегии: продолжения реализации разработанной программы коррекционной работы или внесения в нее определенных корректив.

Целью итоговой диагностики, приводящейся на заключительном этапе (окончание учебного года, окончание обучения на уровне основного общего образования), выступает оценка достижений обучающегося с ЗПР в соответствии с планируемыми результатами освоения, обучающимся программы коррекционной работы.

Для оценки результатов освоения обучающимися с ЗПР программы коррекционной работы, в том числе расширения сферы жизненной компетенции, используется метод экспертной оценки, который представляет собой процедуру оценки результатов на основе мнений группы специалистов (экспертов) и родителей подростка.

В случаях отсутствия положительной динамики в результатах освоения программы коррекционной работы, трудностях освоения АООП ООО и с согласия родителей (законных представителей) необходимо направить обучающегося на расширенное психолого-медико-педагогическое обследование с целью уточнения или изменения образовательного маршрута.

Содержание

Структура занятий:

Занятие состоит из нескольких частей и проводится с элементами психологического тренинга:

Вводная часть.

Цель вводной части занятий – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками; включает в себя создание и обсуждение проблемной ситуации.

Основная (рабочая) часть.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Она направлена на поиск решения проблемы. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие, коррекцию социально-личностной и частично познавательной сфер ребёнка, терапевтические метафоры.

Заключительная часть.

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы, обсуждение: основных моментов занятия, применения новых знаний.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме с элементами тренинга. Приветствие и прощание носят ритуальный характер. Во время занятий дети сидят в кругу (желательно). Форма круга создаёт ощущение целостности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей.

Занятия помогают восстановить позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром. Ребёнок учится жить в ладу с собой и окружающим миром, важно принимать его таким, какой он есть, учитывать добровольное желание в выполнении игр и упражнений.

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы:

5 КЛАСС

«Я начинаю меняться»

Помочь подросткам осознать свои изменения, мотивировать их к позитивному самоизменению, способствовать успешной психологической адаптации учащихся к условиям обучения в основной школе.

Раздел 1. Я – это Я. 9 часов.

Зачем человеку занятия психологией?

Кто я, какой я?

Я – могу.

Я нужен!

Я мечтаю.

Я – это мои цели.

Я – это мое детство.

Моя семья.

Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.

Раздел 2 Я имею право чувствовать и выражать свои чувства 4 часов.

Чувства бывают разные.

Стыдно ли бояться?

Имею ли я право сердиться и обижаться?

Мои чувства.

Раздел 3. Я и мой внутренний мир 3 часа.

Каждый видит мир и чувствует по-своему.

Любой внутренний мир ценен и уникален.

Мой внутренний мир.

Раздел 4. Кто в ответе за мой внутренний мир? 3 часа.

Трудные ситуации могут научить меня.

В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. Личный опыт преодоления трудностей.

Раздел 5. Я и Ты. 7 часов.

Я и мои друзья.

У меня есть друг.

Мои друзья.

Я и мои «колючки».

Что такое одиночество?

Я не одинок в этом мире.

Счастье.

Раздел 6. Мы начинаем меняться 8 часов.

Нужно ли человеку меняться?

Зачем человеку меняться?

Самое важное – захотеть меняться.

Цель самоизменения.

Ресурсы самоизменения.

План самоизменения.

Хочешь изменить мир, меняйся сам

Заключительное занятие.

6 КЛАСС

«Я повзрослел»:

Помочь подросткам осознать свои индивидуальные особенности, свои агрессивные действия, учить их контролировать проявление агрессии.

Раздел 1. Агрессия и ее роль в развитии человека. 12 часов.

Мир чувств.

Я повзрослел.
Я повзрослел (продолжение).
У меня появилась агрессия.
Как выглядит агрессивный человек?
Как звучит агрессия?
Конструктивное реагирование на агрессию.
Конструктивное реагирование на агрессию (продолжение).
Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.
Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми (продолжение).
Учимся договариваться.
Учимся договариваться (продолжение).
Раздел 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека. 13 часов.
Зачем человеку нужна уверенность в себе?
Источники уверенности в себе.
Источники уверенности в себе (продолжение).
Какого человека мы называем неуверенным в себе?
Какого человека мы называем неуверенным в себе? (продолжение)
Я становлюсь увереннее.
Уверенность и самоуважение.
Уверенность и самоуважение (продолжение).
Уверенность и уважение к другим.
Уверенность и уважение к другим (продолжение).
Уверенность в себе и милосердие.
Уверенность в себе и непокорность.
Уверенность в себе. Игры с именем.
Раздел 3 Конфликты и их роль в усилении Я. 5 часов
Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.
Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.
Конструктивное разрешение конфликтов.
Конфликт как возможность развития.
Готовность к разрешению конфликта.
Раздел 4. Ценности и их роль в жизни человека. 4 часа.
Что такое ценности?
Ценности и жизненный путь человека.
Мои ценности.
Заключительное занятие.

7 КЛАСС

«Я и другие»

Обучать подростков понимать себя и других людей, содействовать оптимизации общения подростков с окружающими

Раздел 1. Эмоциональная сфера человека 9 часов.

Почему нам нужно изучать чувства.
Основные законы психологии эмоций.
Основные законы психологии эмоций.
Запреты на чувства.
Запреты на чувства. Страх
Запреты на чувства. Гнев и агрессия
Запреты на чувства. Обида
Эффект обратного действия
Передача чувств по наследству
Психогигиена эмоциональной жизни. Властелин эмоций
Раздел 2. Социальное восприятие: как узнать другого человека 16 часов.
Как мы получаем информацию о человеке.

Учимся понимать жесты и позы.
Учимся понимать жесты и позы.
Жесты.
Жесты.
Невербальные признаки обмана.
Понимание причин поведения людей.
Понимание причин поведения людей.
Впечатление, которое мы производим.
Впечатление, которое мы производим.
Из чего складывается впечатление о человеке?
Способы понимания социальной информации.
Способы понимания социальной информации.
Влияние эмоций на познание.
Влияние эмоций на познание.
Обобщение темы.
Раздел3. Межличностная привлекательность: любовь, дружба. 9 часов.
Привлекательность человека.
Взаимность или обоюдная привлекательность.
Дружба. Четыре модели общения.
Романтические отношения или влюбленность.
Любовь.
Влюбленность или любовь
Половая идентичность и ее развитие у подростков.
Что помогает и мешает любви.
Заключительное занятие.

8 КЛАСС

«Познаю себя»:

Содействовать расширению самосознания подростков, предоставить возможность подросткам рефлексии собственного поведения

Раздел 1. Я-концепция и ее ключевые компоненты. 14 часов.

Ввести понятие «внутренний мир человека» акцентировать его ценность и уникальность.

Расширить самопознание подростка. Изучить личностные особенности мужчины и женщины.

Я - концепция.

Самоуважение.

Самоуважение. Опросник самооотношения В.В. Столина.

Самоконтроль.

Самоконтроль. Сила воли.

Самоэффективность.

Пол как ключевой аспект Я.

Личностные особенности мужчин и женщин.

Личностные особенности мужчин и женщин: Портрет мужчины. Портрет женщины (внешность, характер, поведение).

Личностные особенности мужчин и женщин: уметь принять.

Личностные особенности мужчин и женщин: посоветуй себе.

Личностные особенности мужчин и женщин: мы такие разные.

Картина моей личности. Окно Джо Гарри.

Реальное, идеальное, социальное – Я.

Раздел2. Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель. 6 часов.

Изучить личностные особенности в поведение человека их состояния и позиции. Научиться их различать и видеть в собственном поведении.

Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель.

Внутренний Ребенок: какой он?

Внутренний Ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся.

Внутренний Родитель может быть разным: заботливым и контролирующим.

Внутренний Взрослый: истинный и мнимый.

Мои три эго-состояния (арт-техника).

Раздел3. Эмоциональный мир человека. 10 часов.

Рассмотреть особенности содержательного наполнения эмоций и помочь их осознанию.

Способствовать снижению страхов, стрессов, эмоциональных перенапряжений.

Раздел4. Мотивационная сфера личности. 4 часа.

Способствовать повышению учебной и социальной активности. Помочь в способствовании и осознанию подростком своей мотивационной сферы.

Мотив и его функции. «Борьба мотивов»

Привычки, интересы, мечты.

Мотивация помощи и альтруистического поведения.

Заключительное занятие.

9 КЛАСС

«Мир начинается с меня»:

Способствовать развитию социального интеллекта подростков, коммуникативной компетентности и рефлексивных способностей, навыков эффективного взаимодействия

Раздел1. Вводно-мотивационная тема. 2 часа.

Знакомая незнакомка (о науке психологии, о деятельности психолога).

Я-автор событий в своей жизни.

Раздел 2. Общение – это....7 часов

Общение- это...

Учимся слушать.

Техники активного слушания.

Ораторами не рождаются.

Язык жестов.

Детектор лжи.

Манипуляция.

Раздел 3. Характер. 1 час.

Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты.

Раздел4 Поведение. 1 час.

Что такое поведение

Раздел 5. Самооценка. 2 часа.

Самооценка. Роль самооценки в жизни человека.

Поверь в себя.

Раздел6. Эмоции и чувства. 2 часа.

Мир эмоций.

В поисках мирного выражения чувств.

Раздел7. Технология успеха. 12 часов.

Выявление лидерских качеств.

Достижение успеха.

От самоопределения к самореализации.

Судно, на котором я плыву.

Как правильно писать резюме.

Психология менеджмента.

Менеджер своей жизни.

Школа самопрезентации.

Самопрезентация.

Азбука делового человека.

Редакция примет на работу.

Принятие решений.

Раздел7. На пороге взрослой жизни. 2 часа.

Прошлое-настоящее-будущее.

На пороге взрослой жизни.
 Раздел8. Мир начинается с тебя. 5 часов.
 Мир начинается с тебя.
 На острове Радости и Успеха.
 Сказочными тропами счастья.
 Я и мир вокруг меня
 Заключительное занятие.

Тематическое планирование занятий психокоррекционных занятий в 5-9классах

5 КЛАСС

<i>Раздел</i>	<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол- во часо в</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Основные виды деятельности</i>
1		2	3	4	5
Введение в мир психологии	1.	Зачем человеку занятия психологией?	1	групповое	групповые игры «Интервью», «Молекулы», «Меняемся местами»
	Я – это Я	2.	Кто я, какой я?	1	индивидуальное
	3.	Я – могу.	1	групповое	
	4.	Я нужен! Я мечтаю.	1	индивидуальное	
	5.	Я мечтаю.	1	групповое	
	6.	Я – это мои цели.	1	групповое	
	7.	Я – это мое детство.	1	индивидуальное	
	8.	Моя семья.	1	групповое	
	9.	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1	групповое	
Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	10.	Чувства бывают разные.	1	индивидуальное	Выполнение упр. «Фантом» «Страхи пятиклассников», Упр. «Словарь чувств» Упр. «Польза и вред эмоций» «полезные» и Прием «Эмоциональный дневник».
	11.	Стыдно ли бояться?	1	индивидуальное	
	12.	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	групповое	
	13.	Мои чувства.	1	индивидуальное	

					Упражнение «Чего боятся люди»
Я и мой внутренний мир Кто в ответе за мой внутренний мир?	14.	Каждый видит мир и чувствует по-своему	1	групповое	групповые игры «Найди слово», «Мысленная картинка», «Если я камушек». «Психологические примеры» «Мысленная картинка» «Я внутри и снаружи». «Объясни значение» «Плюсы и минусы». «Копилка трудных ситуаций», Работа со сказкой (сказка о Дрюпе Дрюпкине), упр. «Объясни значение», «Внутренняя сила»
	15.	Любой внутренний мир ценен и уникален.	1	индивидуальное	
	16.	Мой внутренний мир.	1	групповое	
	17.	Трудные ситуации могут научить меня.	1	групповое	
	18.	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. Личный опыт преодоления трудностей.	2	групповое	
Я и Ты	19.	Я и мои друзья.	1	групповое	Выполнение упр. «Красивые поступки», «Общая рука». Работа со сказкой(Светлячок) «Загадай друга» «Если человек...», «Качества моего друга». Работа со сказкой (Волшебная роща) «Кто сколько запомнит», «Из пяти слов», «Покажи ситуацию» «Мои колючки» «Мои магнетики». Работа со сказкой(Шиповник)
	20.	У меня есть друг.	1	групповое	
	21.	Мои друзья.	1	групповое	
	22.	Я и мои «колючки».	1	групповое	
	23.	Что такое одиночество?	1	групповое	
	24.	Я не одинок в этом мире.	1	индивидуальное	
	25.	Счастье.	1	групповое	
	26.	Нужно ли человеку меняться?		групповое	предложение»,

Мы начинаем меняться					«Одиночество в классе». Работа со сказкой (Сказка о маленькой одинокой рыбке и об огромном синем море) «Какого человека можно назвать...» Работа с плакатом. Работа со сказкой (Однажды утром) «Какого человека можно назвать...». Работа с плакатом. «Мои важные изменения».
	27	Зачем человеку меняться?		групповое	Выполнение упр. «Самое главное»
	28	Самое важное – захотеть меняться.		групповое	«Как изменился класс?». Работа с плакатом. Работа со сказкой (Я иду к своей звезде)
	29	Цель самоизменения.		групповое	Работа с плакатом, «Рюкзак пожеланий», «Пожелания взрослым».
	30	Ресурсы самоизменения.		групповое	Работа со сказкой(Желтый цветок)
	31	План самоизменения		групповое	
	32	Изменения в жизни человека.		групповое	
	33	Хочешь изменить мир, меняйся сам		групповое	
34	Заключительное занятие.		групповое		

6 КЛАСС

<i>Раздел</i>	<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Основные виды деятельности</i>
1		2	3	4	5
Агрессия и ее роль в развитии человека	1.	Мир чувств.	1	групповое	Игра «Ассоциация»
	2.3.	Я повзрослел	2	индивидуальное	Психологический тест «Нарисуй кактус».
	4.	У меня появилась агрессия	1	групповое	Упр. «Портрет агрессивного человека», «Агрессивный человек глазами подростка»
	5.	Как выглядит агрессивный человек?	1	индивидуальное	Просмотр мультфильма «Лекарство от
	6.	Как звучит агрессия?	1	индивидуальное	
	7,8.	Конструктивное реагирование на агрессию.	2	групповое	
	9, 10.	Агрессия во взаимоотношениях между	2	индивидуальное	

		родителями и детьми.			злости». Упр. «Чувства и ассоциации», «Изобрази ситуацию», «Какие чувства возникают во время ссоры и драки?», метод неоконченных предложений, обсуждение «Я знаю одного мальчика...» «Покажи агрессию», «Кто из них агрессивный?», беседа «Отбрось старое, чтобы измениться», работа со сказкой. Упр. «Мои маски», работа с притчей ,
	11, 12	Учимся договариваться.	2	групповое	
Уверенность в себе и ее роль в развитии человека	13.	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	групповое	разыгрывание проблемных ситуаций,
	14. 15	Источники уверенности в себе.	2	индивидуальное	разыгрывание проблемных ситуаций
	16, 17	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2	групповое	«Молодец!», «Чемпионат», "Объявление о знакомстве", «Чемодан».
	18.	Я становлюсь увереннее.	1	индивидуальное	Тест уверенности в себе п. Якубовского.
	19, 20.	Уверенность и самоуважение	2	индивидуальное	«Отказать уверенно, агрессивно, неуверенно». упр.«
	21. 22.	Уверенность и уважение к другим	2	групповое	Черно-Белая самохарактеристика», упр. «Контракт», «Эпиграф занятия»,
	23	Уверенность в себе и милосердие	1	индивидуальное	
	24	Уверенность в себе и непокорность	1	индивидуальное	
	25	Уверенность в себе. Игры с именем.	1	групповое	
Конфликты и их роль в усилении Я	26	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	1	групповое	Выполнение упр. «Эпиграф». Работа в тетради, упр.

	27	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.	1	индивидуальное	«Стиль входа в конфликт». «Рисунок моего стиля», «Как выглядит человек в конфликте?»
	28	Конструктивное разрешение конфликтов.	1	групповое	«Конфликт – это хорошо или плохо?»
	29	Конфликт как возможность развития.	1	групповое	«Основные стили поведения, уход от конфликта конфликте», «Как проявляются способы поведения в конфликте?»
	30	Готовность к разрешению конфликта.	1	групповое	«Конфликтные ситуации». Работа со сказкой.
Ценности и их роль в жизни человека	31	Что такое ценности?	1	индивидуальное	Выполнение упр. «Я в будущем».
	32	Ценности и жизненный путь человека.	1	групповое	Работа со сказкой. «Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный».упр.
	33	Мои ценности.	1	групповое	«Спор ценностей»,
	34	Заключительное занятие.	1	групповое	«Герб моих ценностей», «Общий герб класса»

7 КЛАСС

<i>Раздел</i>	<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Основные виды деятельности</i>
1		2	3	4	5
Эмоциональная сфера человека	1.	Почему нам нужно изучать чувства.	1	групповое	Выполнение упр. «Полезность и вред эмоций». «Разбор эмоций и чувств» Исключи эмоцию» Тестовое задание. Методика «Шкала дифференциальных эмоций»
	2,3.	Основные законы психологии эмоций.	2	групповое	
	4.	Запреты на чувства.	1	индивидуальное	
	5.	Запреты на чувства. Страх	1	групповое	
	6.	Запреты на чувства. Гнев и агрессия	1	групповое	
	7.	Запреты на чувства. Обида	1	групповое	
	8.	Эффект обратного действия	1	групповое	
	9.	Передача чувств по наследству	1	индивидуальное	
	10.	Психогигиена эмоциональной жизни. Властелин эмоций.	1	групповое	

Социальное восприятие: как узнать другого человека	11.	Как мы получаем информацию о человеке.	1	групповое	интерактивные игры и упражнения «Я – сообщение», «Слова жесты в общении», «Общение – это», «Передача информации», «Общаться – это здорово», «Плакат толерантности», упр. «Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов?»; Упр. «Почему вербальная коммуникация много говорит о человеке»; Игра «Я тебя понимаю», «Покажи состояние жестом» Притча «Про царя»
	12, 13.	Учимся понимать жесты и позы	2	индивидуальное	
	14, 15	Жесты.	2	групповое	
	16.	Невербальные признаки обмана.	1	индивидуальное	
	17, 18	Понимание причин поведения людей.	2	индивидуальное	
	19, 20	Впечатление, которое мы производим.	2	групповое	
	21.	Из чего складывается впечатление о человеке?	1	групповое	
	22.	Способы понимания социальной информации	1	групповое	
	23.	Влияние эмоций на познание	1	групповое	
Межличностная привлекательность: любовь, дружба	24.	Обобщение темы.	1	групповое	
	25.	Привлекательность человека.	1	групповое	Игра «Звезда привлекательности», «Волшебное превращение»; Упражнение «Найди слово», «Взаимная симпатия», «Легко ли проявлять симпатию?»; Выполнение упр. «Найди синоним», «Что привлекает в человеке». «Какая привлекательность важнее» Игра «Звезда привлекательности»; Игра «Волшебное превращение».
	26, 27.	Взаимность или обоюдная привлекательность	2	групповое	
	28.	Дружба. Четыре модели общения.		групповое	
	29.	Романтические отношения или влюбленность		групповое	
	30.	Любовь.		индивидуальное	
	31.	Влюбленность или любовь		индивидуальное	
	32.	Половая идентичность и ее развитие у подростков.		индивидуальное	
	33.	Что помогает и мешает любви.		индивидуальное	
	34.	Влияние эмоций на познание.		Групповое	

<i>Раздел</i>	<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол- во часо в</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Основные виды деятельности</i>		
1		2	3	4	5		
Я-концепция и ключевые компоненты	1.	Я - концепция.	1	групповое	Опросник самоотношения В.В. Столина, упр. «Умственный мусор». Тест «Умеете ли вы контролировать себя?» Коллаж: «Все грани моего Я», мозговой штурм « Собственное «Я» глазами окружающих людей»,		
	2.	Самоуважение.	1	групповое			
	3.	Самоуважение.	1	индивидуальное			
	4.	Самоконтроль.	1	групповое			
	5.	Самоконтроль. Сила воли.	1	групповое			
	6.	Самоэффективность.	1	групповое			
	7,8.	Личностные особенности мужчин и женщин	2	групповое			
	9.	Пол как ключевой аспект Я.	1	индивидуальное			
	10.	Портрет мужчины. Портрет женщины (внешность, характер, поведение).	1	групповое			
	11, 12	Личностные особенности мужчин и женщин: уметь принять.	2	групповое			
	13, 14.	Личностные особенности мужчин и женщин: посоветуй себе.	2	групповое			
	15, 16	Личностные особенности мужчин и женщин: мы такие разные.	2	групповое			
	17	Реальное, идеальное, социальное – Я.	1	индивидуальное			
	Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель	18.	Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель.	1		групповое	«Определи Я- состояние». Самоди агностика «Мое эго», Активизирую щая игра: «Монстр», Медитативное упражнение «Мысленная прогулка по своему телу, упр. «Я хвалю себя за то, что...» Работа со сказкой Сказки. «Емелино настроение» В. Симонова, и др. Упражнения «Свеча доверия»,
		19.	Внутренний Ребенок: какой он?	1		групповое	
		20.	Внутренний Ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся.	1		групповое	
		21.	Внутренний Родитель может быть разным: заботливым и контролирующим.	1		групповое	
22.		Внутренний Взрослый: истинный и мнимый.	1	групповое			
23.		Мои три эго-состояния (арт- техника).	1	индивидуальное			
24.		Эмоции и чувства.	1	групповое			
25.		Психические состояния и их свойства.	1	групповое			
26.		Напряжение.	1	групповое			

	27.	Настроение.	1	групповое	«Путаница». Упр. на распознавание эмоций, контроль. Сказки. «Емелино настроение» В. Симонова, «Свеча доверия», «Путаница». Упр. на распознавание эмоций, контроль. Игры. «Групповая картина», «Понимаем с первого слова», «Угадайка», «Угадай по рисунку», «Решение психологических задач», «Бумажное зеркало», «Маска», «Копилка эмоций»
	28.	Настроение и активность	1	групповое	
	29.	Как управлять своим состоянием.	1	индивидуальное	
	30.	Как изменить состояние.	1	групповое	
	31.	Возрастной аспект состояний: состояния подростков.	1	групповое	
	32.	Стресс.	1	индивидуальное	
	33.	Мои ресурсы.		групповое	
Мотивационная сфера личности	34	Мотив и его функции. «Борьба мотивов»	1	групповое	

9 КЛАСС

<i>Раздел</i>	<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Основные виды деятельности</i>
1	1	2	3	4	5
Вводно-мотивационная тема	1.	Знакомая незнакомка	1	групповое	Диспут (о науке психологии, о деятельности психолога).
	2.	Я-автор событий в своей жизни.	1	групповое	
Общение – это...	3.	Общение- это...	1	групповое	Тренинговое занятие «я и другие, упр. «Глухой телефон», «Разговор через стекло» Работа над понятием "общение". (пантомима), «Счет до 10»
	4.	Учимся слушать.	1	групповое	
	5.	Техники активного слушания.	1	групповое	
	6.	Ораторами не рождаются.	1	групповое	
	7.	Язык жестов.	1	групповое	
	8.	Детектор лжи.	1	групповое	
	9.	Манипуляция.	1	групповое	

Характер	10.	Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты.	1	индивидуальное	Практическая часть: упражнение «Я вырабатываю характер»
Поведение	11.	Что такое поведение	1	групповое	Работа с сюжетными карточками
Самооценка	12.	Самооценка. Роль самооценки в жизни человека.	1	индивидуальное	Игровые упражнения на командообразование. Диагностика творческих способностей Разминка «Подари подарок»
	13.	Поверь в себя.	1	индивидуальное	
Эмоции и чувства	14.	Мир эмоций.	1	групповое	Игра «Дракон кусает свой хвост», дид. игра «Пиктограммы», арт-терапевтические упражнения «Мой мир эмоций», «Рисуем ощущения».
	15.	В поисках мирного выражения чувств.	1	групповое	
Технология успеха	16.	Выявление лидерских качеств.	1	групповое	Личностный опросник Кеттелла. Упражнения на взаимопознание «Я - образ», «Мои ценности», «Псевдоним, девиз, символ», игра «Встаньте те, кто...». Задание «Я - руководитель»
	17.	Достижение успеха.	1	групповое	
	18.	От самоопределения к самореализации.	1	групповое	
	19.	Судно, на котором я плыву.	1	индивидуальное	
	20.	Как правильно писать резюме.	1	групповое	
	21.	Психология менеджмента.	1	групповое	
	22.	Менеджер своей жизни.	1	групповое	
	23.	Школа самопрезентации.	1	групповое	
	24.	Азбука делового человека.	1	групповое	
	25.	Редакция примет на работу.	1	групповое	
26.	Принятие решений	1	групповое		
На пороге взрослой	27.	Прошлое-настоящее-будущее.	1	индивидуальное	Практическая работа часть: упражнение «Рекомендации по имиджу».
	28.	На пороге взрослой жизни.	1	групповое	
Мир начинается с тебя	29.	Мир начинается с тебя.	1	индивидуальное	Составление портрета «Я в моем имидже», ситуация-проба «В классе новенький»
	30.	На острове Радости и Успеха	1	групповое	
	31.	Карта внутренней страны.	1	групповое	
	32.	Сказочными тропами счастья.	1	групповое	
	33.	Я и мир вокруг меня	1	индивидуальное	
	34.	Заключительное занятие.	1	групповое	

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса
Печатные пособия

№ п/п	Наименование учебного оборудования
1.	Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. Глобус, 2018
2.	Анн Л. Психологический тренинг с подростками.–Спб.: Питер, 20019
3.	Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2018.
4.	Гавриш Н.А. Программа элективного курса практической направленности по психологии 10-11 класс «Формула успеха».
5.	Девяткина Д.С., Челнокова О.С. Рабочая программа «Познай себя» © Материал из Справочной системы «Образование»: http://vip.1obraz.ru/#/document/189/467277/73e31ab077/?of=copy-5481121a60
6.	Клюев Е. Сказки на всякий случай. - М.: Слово, 2018.
7.	Кононович К. Игры в тренинге для ума и тела..-Спб.: изд.Речь, 2017.
8.	Мой жизненный путь. Программа подготовки выпускников детского дома к самостоятельной жизни:методическиерекомендации.Авторы-составители: О.О. Олифер, М.Ю. Бондарева, О.Б. Цой, Т.И. Гут, О.В. Отрокова, А.А. Соляник, Е. С. Андрианова, Д. А. Науменко, Ю.В. Безручко; под ред. Е.Н. Ткач. – Хабаровск: ГОУ «Краевой центр психолого-медико-социального сопровождения», 2019.
9.	Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка/ под ред. С.В. Савченко.–Изд.Речь, 2019.
10.	Тренинг жизненных навыков/под ред. А.Ф. Шадуры. – Спб.: Речь, 2016.
11.	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы).– 3-е изд. – М.: Генезис, 2018.
12.	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7 – 8 классы).– 3-е изд. – М.: Генезис, 2015.

Технические средства обучения

№ п/п	Наименование оборудования
1.	Ноутбук
2.	Колонки
3.	Диски с музыкальным сопровождением
4.	Проектор