

Приложение 38

к адаптированной основной
общеобразовательной программе
– образовательной программе
основного общего образования
обучающихся с задержкой
психического развития

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности коррекционной направленности
«Коррекционно-развивающие занятия с педагогом-психологом»
5-9 классы

Составитель:
Вахонина Н.В.,
педагог-психолог

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате изучения данного курса у обучающихся будут сформированы личностные, коммуникативные и метапредметные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

Личностные результаты:

- овладение навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог;
- готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Темами занятий выбраны личные проблемы детей среднего школьного возраста, решение которых требует от подростка навыков обращения с чувствами.

Основные темы программы:

- **как мы познаём мир** – тема развивает такие понятия как ощущение и восприятия, внимание и внимательность, содержит упражнения на развитие памяти;
- **принятие себя** – тема ведет к формированию сильного Я и готовности к внутреннему диалогу, дружественному отношению к себе самому;
- **я среди людей** – тема позволяет лучше ориентироваться в мире человеческих проблем, позволяет эмоционально чувствовать и яснее понимать мир; ведёт к пониманию ценности отношений с другими в жизни человека, учат ухаживать за отношениями и получать от них больше радости, быть другими, об уважении непонятного и признании права быть неповторимым.

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.

Структура занятий

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы

Формы организации коррекционно-развивающих занятий

Программа представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арт-терапии, групповые дискуссии.

Для успешной реализации используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности подростка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают подростку более эффективно справиться со своими проблемами.

3. Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Тема занятия
«Введение»	
1.	Введения в мир психологии.
2.	Я – это я -1. Кто я? Какой я?
3.	Я – это я -2. Каков я на самом деле?
4.	Я – это я -3. Я индивидуальность.
5.	Я познаю себя.
6.	Точка опоры.
7.	Я - нужен!
8.	Я - мечтаю...
9.	Я и мой внутренний мир.
10.	Мои эмоции
11.	Мои чувства

12.	Чувства вокруг меня
13.	Имею ли я право сердиться и обижаться?
14.	Трудные ситуации могут научить меня
15.	Я в этом мире
16.	Я и мои органы чувств
17.	Уникальность моего внутреннего Я
18.	Кто в ответе за мой внутренний мир
<i>«Внимание и внимательность»</i>	
19	Что такое внимание.
20	Почему человек допускает ошибки.
21	Как правильно сохранить внимание на уроке, в процессе труда в школе и дома.
22	Режим внимания.
23	В каких случаях от человека требуется особое проявление внимания.
24	Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, на транспорте и т. д.
25	Какие черты характеризуют невоспитанного человека. Как они проявляются.
26	Как люди оценивают человека с плохим вниманием (рассеянный, ненадёжный, бесполезный).
27	Можно ли дружить с невнимательным человеком.
28	Как стать внимательным.
29	Может ли человек обойтись без памяти.
30	Что такое хорошая память.
31	Как правильно запоминать.
32	Как правильно запоминать.
33	О пользе забывания.
34	Игры - тесты на изучение образной, словесной, логической памяти.

6 класс

№ п/п	Тема занятия
<i>" Введение "</i>	
1.	Из чего состоит психологическая жизнь человека.
2.	Познай себя, и ты познаешь жизнь. Я начинаю взрослеть.
<i>"Как мы познаём мир"</i>	
<i>"Ощущения и восприятия"</i>	
3.	Как ощутить радость жизни? Упражнения на развитие ощущений и восприятия.
4.	Ощущения и восприятия можно развивать с помощью специальных упражнений. Ощущение и восприятие регулируют поведение человека в различных ситуациях.
<i>"Внимание и внимательность"</i>	
5.	Внимание - это порядок мысли (объём внимания).
6.	Умение видеть нужное среди прочего (избирательность внимания).
7.	Важно уметь переключать внимание.
8.	Научись сосредотачиваться, научись и вдумываться.
9.	Практические занятия и упражнения на развитие внимания и внимательности, анализ ситуаций с проявлением внимательности как личностного качества.
10.	Практические занятия и упражнения на развитие внимания и внимательности, анализ ситуаций с проявлением внимательности как личностного качества.
<i>"Запоминай и помни"</i>	
11.	Правила хорошего обращения с памятью. Упражнения на развитие памяти.

12.	Виды памяти, особенности памяти учащиеся. Закрепление и развитие приёмов запоминания и воспроизведения.
13.	Чтобы запомнить надолго, необходимо понять, осознать запоминаемое. Память сохраняет связи между отдельными фактами и объектами.
14.	Память собирает информацию от разных органов чувств, связывает её и делает знание о предмете точнее.
<i>«Качества ума»</i>	
15.	Красота разума. Узнавать неизвестное можно разными способами.
16.	Как решать мыслительные задачи.
17.	Кто царит в нашей голове. Решение задачи - это понимание ее логики.
18.	Правила развития ума. Упражнения, игры на развитие мышления.
19.	Виды мышления. Способы мышления.
20.	Как умом победить силу. Знание закономерностей экономии мысли.
<i>"Воображение"</i>	
21.	Правила развития воображения. Упражнения на развитие воображения.
22.	Воображение помогает лучше узнавать мир, развивать и открывать себя.
<i>"Речь и общение"</i>	
23.	Я и окружающие.
24.	Язык мой - друг мой.
25.	Хорошие речи и слушать приятно.
26.	Как слово наше отзовется.
27.	Правила общения.
28.	Упражнения по развитию навыков общения и взаимодействия
29.	Общение - сложный процесс установления и развития контактов между людьми.
<i>"Познай себя"</i>	
<i>"Как и что мы чувствуем"</i>	
30.	Мои взаимоотношения с окружающими.
31.	Как возникает страх и трусость. Бесстрашный человек - это хорошо или плохо?
32.	Смех без причины - признак глупости
33.	Слезы не всегда беда.
34.	Приветливость помогает обрести друзей.

7 класс

№ п/п	Тема занятия
<i>«Введение»</i>	
1	История психологии.
2	Как работают психологи.
<i>"Как мы познаём мир"</i>	
<i>"Психологические процессы"</i>	
3	Человек способен развиваться, изменять себя и окружающий мир.
4	Упражнения на развитие мышления, памяти, воображения, внимания, ощущений и восприятий.
<i>"Общение"</i>	
5	Действительно ли "злые языки страшнее пистолета".
6	Как понять человека. Всегда ли чужая душа - потёмки?
7	Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия
8	Никогда не спеши делать категорические выводы о человеке.
9	Все люди разные, каждый человек уникален и неповторим.
10	Никогда не путай поведение человека и его личность.

11	Нужно принимать любого человека таким, каков он есть.
12	Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия: "Карлсон сказал", "Литературный пересказ"
13	Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия: "Зеркало и обезьяна", "Компот", "Путаница",
14	Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия: "Взаимодействие", "Комплимент"
15	Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия: "Взаимодействие", "Комплимент"
"Познай себя "	
<i>"Как и что мы чувствуем"</i>	
16	Зачем нужны эмоции.
17	"Да, жалок тот, в ком совесть не чиста".
18	"Всё это было бы смешно, когда бы не было так грустно".
19	Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: : "Раскрась свои чувства".
20	Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: "Комплимент".
21	Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: "Пульс", "Хоровод».
22	Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: "Пиктограммы".
23	Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: "Лесенка".
24	Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: "Куда уходит злость".
25	Эмоциями можно управлять, регулируя их внешнее проявление.
26	К людям нужно относиться доброжелательно и уважительно.
27	Ни в коем случае не стоит выражать свои эмоции в сквернословии.
<i>"Воля"</i>	
28	История марафонского бега. Воля-это стремление к осознанной цели.
29	Упрямство и настойчивость. Воля- выбор правильного решения не только для себя.
30	Не хочу и надо. Воля-умение преодолеть трудности и остаться человеком.
31	Дисциплина тела и духа - качества волевого человека.
<i>"Характер"</i>	
32	Характер - это действие и поступки человека в его повседневной жизни.
33	Характер не рождается с человеком, он воспитывается в течение всей жизни.
34	Уметь признавать свои ошибки, значит быть честным человеком.

8 класс

№ п/п	Тема занятия
<i>«Введение»</i>	
1	Давай знакомиться с собой и друг с другом.
2	Правила знакомства.
"Как мы познаём мир"	
3	Закрепление правил развития психических процессов.
4	Игры, упражнения, задания на их развитие. Упражнения на развитие коммуникативных навыков.
"Познай себя"	

<i>"Как и что мы чувствуем"</i>	
5	Зачем осознавать и понимать эмоции. Упражнения, задания на развитие и закрепление навыков управления Дана своими эмоциями и эмоциональными состояниями
6	Как преодолеть страх, неуверенность, чувство вины.
7	Что такое стресс и как его преодолеть.
8	Устойчивость к стрессу можно формировать и развивать.
<i>"Воля"</i>	
9	Своя воля страшной неволи. Будь своему слову хозяин. Правила воспитания воли.
10	Воспитание воли - длительный, постепенный процесс. Упражнения и задания на развитие воли.
11	Контролируй своё поведение. Не бросай незавершённое дело. Анализом своих поступков можно обнаружить допущенные ошибки.
<i>"Характер"</i>	
12	Мой характер
13	Трудности в школе и дома
14	Как характер влияет на мое взаимодействие с окружающими
15	Толпа и личность.
16	Коммуникабельность.
17	Не место красит человека.
18	Как стать личностью.
19	Личность должна постоянно развиваться, реализовывать свои возможности в деятельности и общении.
20	Характер включает качества, определяющие отношение человека к другим людям и работе, которую он выполняет.
<i>"Кем быть"</i>	
21	Познавательные беседы с толкованием пословиц и поговорок о труде человека. Анализ характеристик человека трудолюбивого и нерадивого. Рассказы о том, как человек выбирает себе профессию: по интересу, по умению, по знаниям.
22	Работа с анкетами профессиональной направленности, интересов, намерений. Анализ итогов с обсуждением возможности учащихся работать по избранным ими профессиям.
" Я среди людей "	
<i>"Как мы видим друг друга"</i>	
23	Разговор взглядов.
24	Язык жестов и движений.
25	Как понять другого человека.
26	Особенности подросткового возраста.
27	Про мужчин и женщин.
28	"По одежке встречают ..."
<i>"Межличностные отношения"</i>	
29	"Нет друга, так ищи".
30	"Как преодолеть границы". Относись к другим людям так, так ты бы хотел, чтобы относились к тебе.
31	"Права человека среди людей. Без понимания невозможно общение и взаимодействие.
32	"Самое утреннее из чувств". Необходимо адекватно воспринимать людей.
33	«Почему люди спорят и ссорятся».
34	Игры и упражнения на развитие коммуникативных навыков, навыков самооценки и понимания других: "Перевоплощение", "Психологический портрет", "Я такой же, как ты», «Комплимент», "Если бы я был тобой", "Телепатия" и др.

№ п/п	Тема занятия
<i>"Психология личности"</i>	
1	Индивидуальность - это личность в её своеобразии.
2	Как мы себя ценим. Основная потребность человека -стремление к самовыражению.
3	Что такое самооценność. Личность обладает внутренним контролем.
4	Личностью не рождаются, а становятся.
<i>"Психологические процессы и информация"</i>	
5	Почему взрослые советуют или приказывают: "Думай!".
6	Все ли стерпит бумага. Мысли следует выражать ясно и конкретно.
7	Прогресс человечества - в чём его плюсы.
8	Как понять человека. Можно научиться вырабатывать своё мнение и обосновывать его.
<i>"Творчество"</i>	
9	Что такое творчество.
10	Любое дело – творчески. Творчество можно развивать.
11	Когда интересно жить. Что мне нравится в себе. Творчество - качество, необходимое современному человеку.
<i>"Проблемы и как их решать"</i>	
12	Что я хочу. Прежде чем решить проблему, её нужно увидеть.
13	Что я могу сделать для осуществления желаемого. Любую проблему следует решать осознанно, целенаправленно.
14	Что не могу я, но могут другие. Чтобы решить проблему нужно совершить путь от "хочу" к "смогу".
<i>"Личность и её социальные роли"</i>	
15	Что такое социальная роль.
16	Социальные роли ребёнка, подростка, взрослого, мужчины, женщины.
17	Перевоплощение личности.
<i>"Кем быть"</i>	
18	Человек и профессия.
19	Терпение и труд всё перетрут.
20	Где родился, там и пригодился.
<i>"Психология межличностных отношений"</i>	
21	Межличностные отношения - основа жизнедеятельности человека. Сигналы отношений.
22	Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты.
23	Безразличие, отчуждение, вражда, ненависть. Причины одиночества.
24	Личные взаимоотношения людей. Чего никогда нельзя делать в любви.
<i>"Психология конфликта"</i>	
25	Причины ссор и конфликтов
26	Маленькие хитрости в решении ссор. Как согласовать мнения.
27	Что нужно, чтобы решить конфликт.
28	Повиновение или решение.
29	Что значит принять решение.
30-34	Тренинги, упражнения на закрепление, навыков конструктивного общения, саморегулирования, самопознания, самоопределения.