

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1» г. Бердска Новосибирской области



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №1
М.Г. Баранова
«1» Сентября 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА
для обучающихся с задержкой психического развития
«Психокоррекционные занятия»

уровень основного общего образования
срок освоения: 5 лет

Педагог-психолог: Вдовина А.Ю.
Скопина А.Д.

Пояснительная записка

Рабочая программа основывается на следующих нормативно-правовых документах:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 24.11.1995г. №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 03.05.2012г. №46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов»;
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования для обучающихся с ОВЗ;
5. Постановления от 29.12.2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2. № 2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»»;
6. Адаптированная общеобразовательная программа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1» г. Бердска;
7. Устав МБОУ СОШ №1;
8. Учебный план МБОУ СОШ №1.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Актуальность проблемы.

Проблема помощи детям с задержкой психического развития (ЗПР) приобрела в последние годы особую актуальность. В последние десятилетия особенно остро обозначилась проблема существенного роста числа детей с нарушениями в психическом и соматическом развитии. Значительное место среди этих детей занимают именно дети с ЗПР, причем год от года наблюдается тенденция роста их численности.

Задержка психического развития (ЗПР) - одна из наиболее распространенных форм психических нарушений. Среди детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) дети с **задержкой психического развития (ЗПР)** составляют самую многочисленную группу, характеризующуюся неоднородностью и полиморфизмом.

В системе психологической помощи детям с задержкой психического развития на первое место ставят не дефект, а формирование и развитие целостной личности ребенка, способной направить свои усилия под руководством взрослых на компенсацию нарушений и реализацию своих потенциальных возможностей успешного вхождения в социальную среду.

В соответствии с ФГОС ОО важнейшей задачей является обеспечение условий для индивидуального развития всех учащихся. Введение в действие Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) общего образования диктует

внедрение новых подходов к созданию в школе системы комплексной помощи детям с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в освоении основной образовательной программы общего образования, нацеленной на преодоление недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся, их социальную адаптацию, учитывая особые образовательные потребности детей с ОВЗ. Все это обусловило создание *программы индивидуального сопровождения ребенка с задержкой психического развития как части адаптированной образовательной программы.*

Актуальность и практическая направленность данной коррекционно-развивающей программы обусловлена, прежде всего тем, что одной из существенных причин психологических трудностей у подростков, причин нарушений и отклонений в их поведении, являются недостатки развития самосознания (его ограниченность, неадекватность, заниженная или завышенная самооценка), а также несформированность умений конструктивного взаимодействия с людьми и, соответственно, наличие отрицательного опыта общения со взрослыми и сверстниками.

1.2. Объект и предмет психокоррекции

Предмет психокоррекции: ЗПР - это особый тип психического развития ребенка, характеризующийся незрелостью отдельных психических и психомоторных функций или психики в целом, формирующийся под влиянием наследственных, социально-средовых и психологических факторов. ЗПР часто связана с органической и/или функциональной недостаточностью центральной нервной системы, конституциональными факторами, хроническими соматическими заболеваниями, неблагоприятными условиями воспитания, психической и социальной депривация. Подобное разнообразие этиологических факторов обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений — от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих отграничения от умственной отсталости.

Объект психокоррекции: обучающийся с ЗПР. Обучающиеся с задержкой психического развития — это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Все обучающиеся с ЗПР испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения. Общими для всех обучающихся с ЗПР являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции.

Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы. Уровень психического развития поступающего в школу ребёнка с ЗПР зависит не только от характера и степени выраженности первичного (как правило, биологического по своей природе) нарушения, но и от качества предшествующего обучения и воспитания (раннего и

дошкольного). Диапазон различий в развитии обучающихся с ЗПР достаточно велик – от практически нормально развивающихся, испытывающих временные и относительно легко устранимые трудности, до обучающихся с выраженными и сложными по структуре нарушениями когнитивной и аффективно-поведенческой сфер личности. От обучающихся, способных при специальной поддержке на равных обучаться совместно со здоровыми сверстниками, до обучающихся, нуждающихся при получении начального общего образования в систематической и комплексной (психолого-медико-педагогической) коррекционной помощи.

Различие структуры нарушения психического развития у обучающихся с ЗПР определяет необходимость многообразия специальной поддержки в получении образования и самих образовательных маршрутов, соответствующих возможностям и потребностям обучающихся с ЗПР и направленных на преодоление существующих ограничений в получении образования, вызванных тяжестью нарушения психического развития и неспособностью обучающегося к освоению образования, сопоставимого по срокам с образованием здоровых сверстников.

1.3. Цели и задачи программы.

Цель: оказание индивидуально-ориентированной психологической помощи подросткам в возрасте 11-16 лет, имеющим проблемы в общении, поведении и учебной деятельности на основе развития личностного самосознания и формирования умений конструктивного взаимодействия для их социально-педагогической реабилитации

Исходя из данной цели строится вся коррекционная деятельность с ребенком.

Задачи:

- Формировать и расширять представления подростков о себе, своем образе «Я», своих личностных особенностях;
- Способствовать повышению уровня адекватности самооценки, самопринятия;
- Развивать мотивацию к самопознанию, рефлексии;
- Создать условия для формирования активной жизненной позиции, принятия ответственности подростка за себя, свои решения и действия в различных жизненных ситуациях;
- Развивать навыки эффективного общения, конструктивного решения конфликтов;
- Создать условия для развития психических функций;
- Способствовать снижению психоэмоционального напряжения, формировать навыки саморегуляции и самоконтроля.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ РАБОТЫ

2.1. Направления коррекционно-развивающей работы

Для решения задач программы в коррекционно-развивающие занятия включены игры и упражнения, направленные на активизацию психических процессов; развитию умственных способностей; тренировок памяти и внимания; развитию мышления и речи. Также игры и упражнения, которые способствуют развитию эмоционального интеллекта, рефлексии, воображения и творческих способностей, развивают коммуникативные навыки, пространственное мышление и восприятие, координационные способности рук и мелкую моторику.

Также в занятия включены психологические беседы и упражнения, элементы арт-терапии, когнитивно-поведенческой терапии.

Программа реализуется на индивидуальных и групповых занятиях (2-4 ребёнка):

- длительность курса занятий для 5-9 классов - 34 занятия (1 занятие в неделю), но может быть скорректирована на полугодовой коррекционный курс в 17 занятий;
- продолжительность каждого занятия – 30-40 мин.

Класс	5	6	7	8	9	Итого
КРЗ с педагогом-психологом (инд. или в мини-группах)	34	34	34	34	34	170

Коррекционная группа для каждого подростка выступает как модель реальной жизни, где он проявляет те же отношения, установки, ценности, эмоциональные и поведенческие реакции.

Групповая форма работы (2-4 ребёнка) позволяет построить занятия в форме игры и включить методики, стимулирующие развитие детей, как в сфере взаимоотношений, так и в познавательной деятельности. Игровая деятельность обучает ребенка управлять своим поведением и через взаимодействие с другими расширяет его ролевой репертуар. Общение в группе увеличивает границы видения ребенком своих возможностей через отражение действий других и с другими. Создание ситуации успеха выявляет способность ребенка в самоактуализации и более эффективном усвоении получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у наших детей является развитие речи. Детям трудно выражать свои мысли и чувства, обращаться к другим, получать обратную связь, поэтому в программу включены: составление логического рассказа по картинкам, постановка известных сказок и придумывание своих с последующим их проигрыванием, разыгрывание сценок из жизни семьи.

2.2. Краткое содержание:

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия» создается по модульному принципу и направлен на проведение адаптационных занятий к началу обучения на уровне основного общего образования, развитие и коррекцию познавательной

сферы, развитие эмоционально-личностной сферы детей с ЗПР подросткового возраста, формирование благоприятного социально-психологического климата в детском коллективе, развитие навыков саморегуляции.

Психологические занятия способствуют развитию личности подростка, гармонизации его взаимоотношений с социумом, развитию коммуникативных и социальных компетенций.

2.3. Структура занятий

1. Вводная часть, в которую включены упражнения дыхательные упражнения, настрой на предстоящую деятельность. Также в начале занятия могут использоваться элементы беседы, вопросы, упражнения, помогающие войти в тему занятия.

2. Основная часть, в которую включены упражнения по теме. Основной этап занятия носит коррекционно-развивающий характер и нацелен на реализацию целей и задач программы.

3. Заключительная часть, в которой подводятся итоги занятия, проводится рефлексия. На этом этапе можно отследить степень усвоения темы, динамику развития навыков рефлексии подростков.

2.4. Методы и приёмы

В ходе реализации коррекционно-развивающего курса используются следующие методы работы:

- Беседы;
- Психологические упражнения;
- Психологические игры;
- Техники арт-терапии;
- Техники когнитивно-поведенческой терапии;
- Интеллектуально - развивающие игры и упражнения;
- Релаксационные упражнения и элементы медитации;
- Пальчиковая психогимнастика;
- Моделирование жизненных ситуаций;
- Профориентационные игры.

2.5. Материально- техническое обеспечение:

Для реализации коррекционно-развивающего курса необходимы следующий инвентарий:

- компьютер;
- песочный световой стол;
- функционально-ориентированные игрушки и пособия (строительные конструкторы, плоские и объёмные геометрические фигуры, межполушарные доски, кубики, пазлы, Доски Сегена, метафорические карты и т.д.);
- спортивные пособия и предметы (мячи разной величины);
- арсенал для техники арт-терапии (сюжетные картинки, журналы, вырезки, альбомные листы, цветная бумага, краски, гуашь, кисти, баночки для воды, пластилин, восковые карандаши);
- дидактические материалы (рабочие тетради для развития познавательной сферы, графические диктанты и т.д.);
- тетради для творческих работ учащихся;
- записи для релаксации и рисования: звуки природы, цветотерапия, инструментальная музыка, детские песни и т.д.

3. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПРОГРАММЫ

3.1. Планируемый результат:

Личностные результаты:

- положительное отношение к школе;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- способность адекватно оценивать причины своего успеха/неуспеха в учении;
- готовность к дальнейшему профессиональному выбору, соответствующему интересам, склонностям, состоянию здоровья.

Регулятивные УУД:

Обучающийся будет или сможет:

- сознательно планировать и организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до

получения и оценки результата);

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- начинать выполнение действия и заканчивать его в требуемый временной момент;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей;
- контролировать своё поведение в зависимости от ситуации.

Познавательные УУД:

Обучающийся будет или сможет:

- выполнять познавательные и практические задания, в том числе с использованием проектной деятельности и на занятиях, и в доступной социальной практике;
- использовать элементы причинно-следственного анализа;
- исследовать несложные реальные связи и зависимости;
- определять характеристики изучаемого объекта; выбирать критерии для сравнения, сопоставления, оценки объектов;
- извлекать нужную информацию по заданной теме в адаптированных источниках различного типа;

Коммуникативные УУД:

Обучающийся будет или сможет:

- оценивать свои учебные достижения, поведение, черты своей личности с учетом мнения других людей, в том числе для корректировки собственного поведения в окружающей среде, выполнение в повседневной жизни этических и правовых норм;
- определять собственное отношение к явлениям современной жизни и формулировать свою точку зрения;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Метапредметные:

Обучающийся будет или сможет:

- самостоятельно определять цели деятельности, самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность, выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- владеть навыками познавательной и учебной деятельности, способностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач;
- самостоятельно ориентироваться в различных источниках информации и давать критическую оценку полученной информации;
- самостоятельно принимать решения, определяющую стратегию поведения с учётом гражданских и нравственных ценностей;
- владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов;
- использовать адекватные языковые средства, ясно и логично излагать свою точку зрения;

Предметные результаты определяются совместно с учителем:

- овладение содержанием АООП ООО (конкретных предметных областей, подпрограмм) с учетом индивидуальных возможностей;
- индивидуальные достижения по отдельным учебным предметам.

3.2. Система оценивания

Психодиагностика основных психических процессов и личностных качеств осуществляется 4 раза в год (1 раз в четверть) по методикам, рекомендованным территориальной психолого-медико-педагогической комиссией (выбор варьируется, исходя из потребностей и личностных особенностей обучающегося):

- | | |
|---------------------------------|---|
| • 10 слов Лурия; | • Таблицы Шульте; |
| • Воспроизведение рассказа; | • Тест творческого мышления П.Торренса; |
| • Исключение предметов; | • Тест Эббингауза; |
| • Кубики Кооса; | • Толкование пословиц; |
| • Исключение понятий; | • ШТУР; |
| • Корректирующая проба Бурдона; | • Методика исследования социального интеллекта; |
| • Пиктограмма Выготского; | • Методика Айзенка; |
| • Простые аналогии; | • Методика многофакторного исследования личности Р.Кэттелл; |
| • Стандартные матрицы Равена; | • Незаконченные предложения; |
| • Счёт по Крепелину; | |

- Проективные рисуночные тесты;
- Методика «Кактус»;
- Проективные методики «ДДЧ», «Человек под дождем»;
- Методика САН;
- Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е.П.Ильин и П.А.Ковалев);
- Методика «Дерево»;
- Методика КОС;
- Тест «Подростки о родителях»;
- Методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач Т. Элерса;
- Методика диагностики социально-психологической адаптации подростков К.Роджерса и Р.Даймонда;
- Личностная шкала проявления тревоги. Методика диагностики субъективного ощущения одиночества;
- Многофакторный опросник Кеттелла;
- Многофакторный личностный опросник ЕРІ (формы В);
- Методика межличностных отношений Т.Лири;
- Пятифакторный личностный опросник МакКрае – Коста («Большая пятерка»);
- Методика экспресс-диагностики невроза К. Хека и Х. Хесса;
- Опросник Мини-мульти (сокращенный вариант миннесотского многомерного личностного перечня MMPI);
- Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона;
- Определение направленности личности (ориентационная анкета);
- Опросник PEN (Ганс и Сибилла Айзенк);
- «Методика исследования ригидности»;
- Шкала оценки потребности в достижении. Шкала оценки мотивации одобрения.

3.3. Эффективность программы

Оценка эффективности программы осуществляется с помощью диагностических методик, наблюдения, собеседований с родителями и педагогами. Перспективность программы связана с тем, что она не только позволяет корректировать имеющиеся у обучающегося нарушения когнитивной, эмоционально-аффективной и регуляторно-волевой сфер, но и является способом решения существующих проблем подростка, развивая его личностную и коммуникативную сферы.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для учащихся 5 классов)

№ п/п	Примерные темы занятий	Кол-во часов	Примерное содержание занятий (варьируется в зависимости от эмоционального состояния)
Раздел 1. Вводное занятие (1 час)			
1	Вводное занятие	1	Психодиагностические упражнения, создание положительной мотивации на занятия, знакомство.
Раздел 2. Комплексное обследование детей. Определение первичного уровня развития (2 часа)			
1	Входная диагностика	2	Исследование общей осведомлённости и кругозора учащихся. Исследование мелкой и крупной моторики рук Исследование сенсорных процессов. Исследование восприятия (форма, цвет, размер, материал, пространство и время). Представления о внешних свойствах предметов Исследование эмоционально-личностной сферы пятиклассника
Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций (10 часов)			
1	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, моторной, опосредованной. Овладение приемами осмысленного запоминания; развитие смысловой вербальной памяти	3	Тренировка различных видов памяти, упражнения типа «Опиши картинку», «Инопланетяне», «Эстафета слов», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Развитие словесно-логической памяти, упражнения «Группировка слов», «Свяжи пару», «Ассоциации», «Ключевые слова», «Качание головой», «Ленивые восьмерки», Корректирующая проба, Запомни изображения, Что изменилось, Логически-поисковые задания

2	Развитие видов воображения: активация свойств воображения	2	Развитие активного воображения с использованием арт-техник: «Чернильные пятна», «Свободное рисование», «Пальчиковое рисование», «Орнаменты», «Каракули», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Чернильное пятно», «Я мечтаю», логически-поисковые задания.
3	Развитие различных видов и форм восприятия (пространственных, осязательных, временных), развитие глазомера и зрительной моторной координации; развитие ориентировки во времени и в пространстве	2	Описание наглядно представленных объектов. Выделение значимых частей объекта. Значимые (функционально необходимые) и украшающие элементы. Анализ объектов по картинке. Угадывание предметов по признакам (мебель-4 ножки и крышка, стол). Загадывание наглядно представленных объектов. Формирование произвольности зрительного восприятия, дорисовывание незаконченных изображений. Развитие зрительной памяти в процессе рисования по памяти. Выделение нереальных элементов нелепых картинок. Профилактика зрения. Гимнастика для глаз. Развитие дифференцированных осязательных ощущений, их словесное обозначение. Моделирование расположения различных объектов по отношению друг к другу в ближнем и дальнем пространстве. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (оставление простейших схем-планов комнаты, ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман). Определение времени по часам.
4	Развитие произвольного внимания. Развитие устойчивости и концентрации внимания	2	Игры и упражнения на развитие произвольного внимания: «Корректирующие пробы», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Таблицы Шульте», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Найди отличия». «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», опиши дорогу,

			по которой ты ходишь в школу. опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду), найди отличия в рисунках, «Путанные линии», логически-поисковые задания.
5	Развитие наглядно-образного мышления; формирование вербально-понятийного аппарата	2	Упражнения на мышечную релаксацию; «Графический диктант»; Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие мышления (абстрагирование). Развитие пространственных представлений. Развитие словесно – логического мышления. Построение умозаключения по аналогии. Развитие сложных форм мышления (логического мышления): абстрагирование, установление закономерностей.
Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы (19 часов)			
1	Развитие эмоциональной сферы. Формирование рефлексии личностных качеств. Развитие самооценки, умений принять себя; развитие умений дифференциации чувств. Коррекция мотивационной сферы (потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки и т. д.): • Эмоции и настроение человека • Мысли и настроение. Как управлять своим настроением? • Мышечный тренинг «Я умею владеть собой»	19	Развитие представлений о соотношении внутреннего состояния человека и его внешнего выражения. Вера в себя. Формирование у учащегося конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации. Отработка различных эмоциональных состояний. Игровая коррекция агрессивности, формирование и развитие внимания, доброжелательности. Рефлексия собственных чувств (Я – это Я), развитие умения различать виды поведения и умения работать в команде. Формирование у детей навыков самоконтроля. Формирование нравственных представлений. Примеры упражнений: • Какие ты знаешь эмоции? Какое у тебя чаще всего бывает настроение? • Посмотри на фотографии людей и выбери те из них, где у них хорошее настроение. Почему ты так думаешь? Как распознать по лицу, какое настроение у человека?

• «Восприятие себя. Какой я?» • Зачем человеку нужна уверенность в себе? • Источники уверенности в себе • Маски неуверенности • Я - это мое детство • Я - это мое настоящее. Я – это мое будущее. • Самооценка • Мои внутренние друзья и враги. • Что такое конфликт. Конфликты дома, в школе, на улице. • Как вести себя в конфликте?	• Выбери любую фотографию. Расскажи, какое настроение у человека на фотографии. Придумай рассказ, почему у него такое настроение. • Послушай музыку (нейтральная, спокойная, быстрая, веселая, грустная, медленная). Какое настроение у музыки? Давай к каждому музыкальному фрагменту сделаем рисунок. • Беседа. Какое настроение у тебя сейчас? Какая музыка больше похожа на твоё настроение? Выбери рисунок, который больше похож на твоё настроение. • Беседа. Вспомни своё настроение вчера. Что ты при этом чувствовал и какие у тебя были при этом мысли? Умеешь ли ты влиять на своё настроение? Нужно ли ждать, пока плохое настроение само пройдет? Что нужно для этого сделать? • Составление таблицы «Такие мысли мне помогают» и «Такие мысли мне мешают». Например: «Я боюсь», «У меня не получится», «Все будет хорошо», «У меня получится», «Я справлюсь» • К каждой мысли сделать рисунок настроения, который соответствует этой мысли. • Беседа. Как слова и мысли влияют на состояние человека? Упражнение. Ребенок вытягивает вперед руку. Учитель пытается опустить руку ребенка вниз, нажимая на нее сверху. Ребенок должен удерживать руку, говоря при этом вслух «Я сильный!» на втором этапе выполняются те же самые действия, но уже со словами «Я слабый». Обсуждение. В каком случае ребенку было легче удерживать руку и почему. • «Рисуем картинки в уме» под спокойную музыку • Беседа. Каждый взрослеющий человек задает себе вопрос
---	---

			«Кто я?». Иногда ответить на него труднее, чем решить сложную задачу. Ответ на этот вопрос письменно. • «Нарисуй свою любимую роль» Выбери свою любимую роль из написанных, нарисуй себя в ней. Обсуждение. • «Какой я?» напиши маленькое сочинение на тему «Какой я и чем отличаюсь от других» • «Ладонка». Обвести свою ладонку. В каждом пальчике напиши какое-нибудь свое хорошее качество. • «Автопортрет» Нарисовать или вылепить автопортрет. Обсуждение. • Рисунок «Каким меня видят друг и недруг». Обсуждение. • Упражнение «Герб». Нарисовать свой герб, отражающий характерные свойства личности. Обсуждение • Беседа. Зачем человеку нужна уверенность в себе? • «Портрет уверенного человека» Если человек верит в себя, то какую одежду он носит? Как общается с друзьями? С родителями? • «В чем проблема?». Прослушать ситуации, определить, в чем проблема каждого подростка, что ему можно сказать, чем помочь. • «Ассоциации». Ответ на вопросы: «Если бы твоя уверенность была деревом, то каким?», «Если погодой, то какой?» и т.д. • «Символ моей веры в себя». Нарисуй символическое изображение «Вера в себя». Обсуждение рисунка. • Беседа. Каждому человеку необходимо знать, кто и что придает ему уверенность в себе. • Работа со сказкой «Про мальчика Неудоба». Обсуждение сказки. • «Копилка источников уверенности». Назвать те качества,
--	--	--	--

		которые могут помочь человеку осознать свою уверенность. • «Маски неуверенности». • «Какое поведение у ребят?» определи, к какому варианту поведения относятся варианты реагирования ребят на ситуацию. • «Надень маску». Выполни действие, «надев» сначала маску застенчивости. Потом- самоуверенности, затем- уверенности. -Подойти и спросить: «Как тебя зовут?» -Улыбнуться -Спросить: «Как поживаешь?» • Работа со сказкой «Маленькая волна» К. Ступницкой. • «Закончи предложение». Сейчас ты превратился в маленького ребенка. Закончи предложение «Я люблю играть в ...» • «Детские воспоминания». • «Любимая игрушка». Послушай рассказы о любимых детских игрушках, а потом вспомни и нарисуй свои детские игрушки. • «Детская фотография». Для этого ребенок приносит заранее свои детские фотографии. Рассказ и обсуждение фотографий. • «Превратись в возраст». Невербально изобразить человека в возрасте новорожденного, 5,10,15,20,40,60,80 лет. Поздороваться, как здороваются человек заданного возраста. • «Интервью». Представь, что мы с тобой встретились через 10 лет. Расскажи, чем ты сейчас занимаешься? Где бываешь по выходным? Живешь один или с родителями? Чем увлекаешься? И т.п.» • «Я в будущем». Раздели лист на две части и выполни рисунки «Я сегодня и Я в будущем». Обсуждение рисунков. • «Самоанализ». Ответ письменно на три вопроса: -Я думаю, что я...; -Другие считают, что я...»; - Мне хочется быть ...
--	--	--

			• Беседа. Как выглядит человек в конфликте? Опиши внешний вид конфликтующих. • «Конфликт - это хорошо или плохо?». • «Как оставаться спокойным?». Прочитай фразы и подчеркни те, которыми ты уже пользуешься для решения конфликта. • Работа со сказкой «Сказка про цветной снег»
Раздел 5. Итоговая диагностика (2 часа)			
1	Итоговая диагностика	2	Определение динамики развития учащегося
ИТОГО: 34 часа			

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
(для учащихся 6 классов)

№ п/п	Примерные темы занятий	Кол-во часов	Примерное содержание занятий (варьируется в зависимости от эмоционального состояния)
Раздел 1. Вводное занятие (1час)			
1	Вводное занятие.	1	Психодиагностические упражнения, создание положительной мотивации на занятия, знакомство.
Раздел 2. Комплексное обследование детей. Определение первичного уровня развития (2 часа)			
1	Входная диагностика	2	Исследование общей осведомлённости и кругозора учащихся. Исследование эмоционально-личностной сферы учащегося
Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций (10 часов)			
1	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, моторной, опосредованной. Овладение приемами осмысленного запоминания; развитие смысловой вербальной памяти.	2	Тренировка различных видов памяти, упражнения типа «Опиши картинку», «Инопланетяне», «Эстафета слов», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Развитие словесно-логической памяти, упражнения «Группировка слов», «Свяжи пару», «Ассоциации», «Ключевые слова», «Качание головой», «Ленивые восьмерки», Корректирующая проба, Запомни изображения, Что изменилось, Логически-поисковые задания

2	Развитие видов воображения: активация свойств воображения	2	Развитие активного воображения с использованием арт-техник: «Чернильные пятна», «Свободное рисование», «Пальчиковое рисование», «Орнаменты», «Каракули», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Чернильное пятно», «Я мечтаю», логически-поисковые задания.
3	Развитие различных видов и форм восприятия (пространственных, осязательных, временных), развитие глазомера и зрительной моторной координации; развитие ориентировки во времени и в пространстве	2	Описание наглядно представленных объектов. Выделение значимых частей объекта. Значимые (функционально необходимые) и украшающие элементы. Анализ объектов по картинке. Угадывание предметов по признакам (мебель-4 ножки и крышка, стол). Загадывание наглядно представленных объектов. Формирование произвольности зрительного восприятия, дорисовывание незаконченных изображений. Развитие зрительной памяти в процессе рисования по памяти. Выделение нереальных элементов нелепых картинок. Профилактика зрения. Гимнастика для глаз. Развитие дифференцированных осязательных ощущений, их словесное обозначение. Моделирование расположения различных объектов по отношению друг к другу в ближнем и дальнем пространстве. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (оставление простейших схем-планов комнаты, ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман). Определение времени по часам.
4	Развитие произвольного внимания. Развитие устойчивости и концентрации внимания	2	Игры и упражнения на развитие произвольного внимания: «Корректирующие пробы», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Таблицы Шульте», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Найди отличия».

			«Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду), найди отличия в рисунках, «Путанные линии», логически-поисковые задания.
5	Развитие наглядно-образного мышления; формирование вербально-понятийного аппарата	2	Упражнения на мышечную релаксацию; «Графический диктант»; Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие мышления (абстрагирование). Развитие пространственных представлений. Развитие словесно – логического мышления. Построение умозаключения по аналогии. Развитие сложных форм мышления (логического мышления): абстрагирование, установление закономерностей.
Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы (19 часов)			
1	Развитие эмоциональной сферы. Формирование рефлексии личностных качеств. Развитие самооценки, умений принять себя; развитие умений дифференциации чувств. Коррекция мотивационной сферы (потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки и т. д.): • Эмоции и настроение человека • Мысли и настроение. Как управлять своим настроением? • Мышечный тренинг «Я	19	Развитие представлений о соотношении внутреннего состояния человека и его внешнего выражения. Вера в себя. Формирование у учащегося конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации. Отработка различных эмоциональных состояний. Игровая коррекция агрессивности, формирование и развитие внимания, доброжелательности. Рефлексия собственных чувств (Я – это Я), развитие умения различать виды поведения и умения работать в команде. Формирование у детей навыков самоконтроля. Формирование нравственных представлений. Примеры упражнений: • Какие ты знаешь эмоции? Какое у тебя чаще всего бывает настроение? • Посмотри на фотографии людей и выбери те из них, где у них хорошее настроение. Почему ты так думаешь? Как распознать по

умею владеть собой» • Выражение чувств и ощущений с использованием художественных материалов • «Восприятие себя. Какой я?» • Зачем человеку нужна уверенность в себе? • Источники уверенности в себе • Я - это мое детство • Я - это мое настоящее. Я – это мое будущее. • Самооценка. Я могу, я умею • Я мечтаю • Что такое конфликт. Конфликты в семье. Конфликты в школе • Как вести себя в конфликте?	лицу, какое настроение у человека? • Выбери любую фотографию. Расскажи, какое настроение у человека на фотографии. Придумай рассказ, почему у него такое настроение. • Послушай музыку (нейтральная, спокойная, быстрая, веселая, грустная, медленная). Какое настроение у музыки? Давай к каждому музыкальному фрагменту сделаем рисунок. • Беседа. Какое настроение у тебя сейчас? Какая музыка больше похожа на твоё настроение? Выбери рисунок, который больше похож на твоё настроение. • Беседа. Вспомни своё настроение вчера. Что ты при этом чувствовал и какие у тебя были при этом мысли? Умеешь ли ты влиять на своё настроение? Нужно ли ждать, пока плохое настроение само пройдет? Что нужно для этого сделать? • Составление таблицы «Такие мысли мне помогают» и «Такие мысли мне мешают». Например: «Я боюсь», «У меня не получится», «Все будет хорошо», «У меня получится», «Я справлюсь» • К каждой мысли сделать рисунок настроения, который соответствует этой мысли. • Беседа. Как слова и мысли влияют на состояние человека? Упражнение. Ребенок вытягивает вперед руку. Учитель пытается опустить руку ребенка вниз, нажимая на нее сверху. Ребенок должен удерживать руку, говоря при этом вслух «Я сильный!» на втором этапе выполняются те же самые действия, но уже со словами «Я слабый». Обсуждение. В каком случае ребенку было легче удерживать руку и почему. • «Рисуем картинки в уме» под спокойную музыку
---	--

		• Беседа. Каждый взрослеющий человек задает себе вопрос «Кто я?». Иногда ответить на него труднее, чем решить сложную задачу. Ответ на этот вопрос письменно. • «Нарисуй свою любимую роль» Выбери свою любимую роль из написанных, нарисуй себя в ней. Обсуждение. • «Какой я?» напиши маленькое сочинение на тему «Какой я и чем отличаюсь от других» • «Ладонка». Обвести свою ладонку. В каждом пальчике напиши какое-нибудь свое хорошее качество. • «Автопортрет» Нарисовать или вылепить автопортрет. Обсуждение. • Рисунок «Каким меня видят друг и недруг». Обсуждение. • Упражнение «Герб». Нарисовать свой герб, отражающий характерные свойства личности. Обсуждение • Беседа. Зачем человеку нужна уверенность в себе? • «Портрет уверенного человека» Если человек верит в себя, то какую одежду он носит? Как общается с друзьями? С родителями? • «В чем проблема?». Прослушать ситуации, определить, в чем проблема каждого подростка, что ему можно сказать, чем помочь. • «Ассоциации». Ответ на вопросы: «Если бы твоя уверенность была деревом, то каким?», «Если погодой, то какой?» и т.д. • «Символ моей веры в себя». Нарисуй символическое изображение «Вера в себя». Обсуждение рисунка. • Беседа. Каждому человеку необходимо знать, кто и что придает ему уверенность в себе. • Работа со сказкой «Про мальчика Неудоба». Обсуждение сказки.
--	--	--

			• «Копилка источников уверенности». Назвать те качества, которые могут помочь человеку осознать свою уверенность. • «Маски неуверенности». • «Какое поведение у ребят?» определи, к какому варианту поведения относятся варианты реагирования ребят на ситуацию. • «Надень маску». Выполни действие, «надев» сначала маску застенчивости. Потом- самоуверенности, затем- уверенности. -Подойти и спросить: «Как тебя зовут?» -Улыбнуться -Спросить: «Как поживаешь?» • Работа со сказкой «Маленькая волна» К. Ступницкой. • «Закончи предложение». Сейчас ты превратился в маленького ребенка. Закончи предложение «Я люблю играть в ...» • «Детские воспоминания». • «Любимая игрушка». Послушай рассказы о любимых детских игрушках, а потом вспомни и нарисуй свои детские игрушки. • «Детская фотография». Для этого ребенок приносит заранее свои детские фотографии. Рассказ и обсуждение фотографий. • «Превратись в возраст». Невербально изобразить человека в возрасте новорожденного, 5,10,15,20,40,60,80 лет. Поздороваться, как здороваются человек заданного возраста. • «Интервью». Представь, что мы с тобой встретились через 10 лет. Расскажи, чем ты сейчас занимаешься? Где бываешь по выходным? Живешь один или с родителями? Чем увлекаешься? И т.п.» • «Я в будущем». Раздели лист на две части и выполни рисунки «Я сегодня и Я в будущем». Обсуждение рисунков. • «Самоанализ». Ответ письменно на три вопроса: -Я думаю,
--	--	--	--

		что я...; -Другие считают, что я...»;- Мне хочется быть ... • «Самооценка». Изобрази в ряд 8 кружков, а затем быстро впиши в один кружок букву «Я». Чем ближе к левому краю стоит буква, тем ниже самооценка. • «Я могу, я умею». Назвать какие-либо свои умения • «Потерянное могу» • Работа со сказкой «Фламинго».Обсуждение • Дискуссия «Самое-самое». Запиши в тетради, что у тебя самое важное и самое ценное в жизни. Затем обсуждение каждого пункта. • «Моя вселенная». На альбомном листе начерти круг и от него лучи к другим кругам. В центре напиши «Я», а в других кругах-планетах напиши окончание предложений: -Мое любимое занятие, -мой любимый цвет,- мой лучший друг,-мое любимое животное, - мое любимое время года,- мой любимый сказочный герой,- моя любимая музыка. • «Анализ настроения». Вспомни свое настроение на протяжении последнего времени. Ответь на вопросы: -всегда ли ты был спокоен и весел? -всегда ли ты был внимательным и сосредоточенным? -были ли вспышки гнева? -Было ли неудобно за какое-то свое поведение? -от каких вредных привычек хотелось бы избавиться? • Беседа. Могут ли эмоции причинить вред человеку? Какой вред? • «Поставь балл». На бланке с перечисленными эмоциями (положительными и отрицательными)поставь баллы от 1 до 10 в зависимости от того, как часто ты ее используешь. Обсуждение
--	--	---

			• «Я- невидимка». Пофантазируй на тему «Что бы я делал, если бы превратился в невидимку на 5 минут (на час, на сутки, на неделю)» • «Закончи предложение»: -шестиклассники обычно мечтают о ... -учителя обычно мечтают о ... -директор школы чаще всего мечтает о... • «Зачем люди мечтают?» • Работа со сказкой «Сказка о мечте» • Рисунок конфликтной ситуации. Обсуждение. • «Эмоции в конфликте». Выбери из списка эмоций те, которые соответствуют началу конфликта, его пику, его окончанию. • «Стиль входа в конфликт». «Рисунок моего стиля». • Беседа. Бывают ли дома конфликты. Из-за чего? • «Я очень хочу». Выбери из списка высказывания, актуальные для тебя. • «Метод решения споров». Давай попробуем решить конфликт • «Личная стратегия поведения в конфликте». Решаем по приведенному алгоритму имеющийся конфликт • «Осмысление полученного опыта». Продолжи фразу «Самым трудным в конфликте с родителями для меня является ...» «Самым трудным для родителей в конфликте со мной является...» • Беседа. Конфликты в школе. Одноклассники и одноклассницы. • «Алгоритм решения споров» • «Личная стратегия поведения в конфликте». Решаем по приведенному алгоритму имеющийся конфликт с одноклассниками.
--	--	--	--

			• «Осмысление полученного опыта». Продолжи фразу «Самым трудным в конфликте с одноклассником для меня является ...» «Самым трудным для одноклассника в конфликте со мной является...» • «Конфликт - это хорошо или плохо?». • «Как оставаться спокойным?». Прочитай фразы и подчеркни те, которыми ты уже пользуешься для решения конфликта. • Работа со сказкой «Сказка про цветной снег»
Раздел 5. Итоговая диагностика (2 часа)			
1	Итоговая диагностика	2	Определение динамики развития учащегося
ИТОГО: 34 часа			

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для учащихся 7 классов)

№ п/п	Примерные темы занятий	Кол-во часов	Примерное содержание занятий (варьируется в зависимости от эмоционального состояния)
Раздел 1. Вводное занятие (1час)			
1	Вводное занятие.	1	Психодиагностические упражнения, создание положительной мотивации на занятия, знакомство.
Раздел 2. Комплексное обследование детей. Определение первичного уровня развития (2 часа)			
1	Входная диагностика	2	Исследование общей осведомлённости и кругозора учащихся. Исследование эмоционально-личностной сферы учащегося.
Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций (10 часов)			
1	Формирование мыслительной операции анализа, сравнения, обобщения, выделения Существенных признаков предметов и явлений, выявления закономерностей	3	Тренировка различных видов памяти, упражнения типа «Опиши картинку», «Инопланетяне», «Эстафета слов», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Развитие словесно-логической памяти, упражнения «Группировка слов», «Свяжи пару», «Ассоциации», «Ключевые слова», «Качание головой», «Ленивые восьмерки», Корректурная проба, Запомни изображения, Что изменилось, Логически-поисковые задания. Развитие активного воображения с использованием арт-техник: «Чернильные пятна», «Свободное рисование», «Пальчиковое рисование», «Орнаменты», «Каракули», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Чернильное пятно», «Я мечтаю», логически-поисковые задания. Описание наглядно представленных объектов. Выделение значимых частей объекта. Значимые (функционально необходимые) и украшающие элементы. Анализ объектов по картинке. Угадывание предметов по признакам (мебель-4 ножки и крышка, стол). Загадывание наглядно представленных объектов. Формирование произвольности зрительного восприятия,

		дорисовывание незаконченных изображений. Развитие зрительной памяти в процессе рисования по памяти. Выделение нереальных элементов нелепых картинок. Профилактика зрения. Гимнастика для глаз. Развитие дифференцированных осязательных ощущений, их словесное обозначение. Моделирование расположения различных объектов по отношению друг к другу в ближнем и дальнем пространстве. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (оставление простейших схем-планов комнаты, ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман). Определение времени по часам. Игры и упражнения на развитие произвольного внимания: «Корректурные пробы», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Таблицы Шульте», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Найди отличия». «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду), найди отличия в рисунках, «Путанные линии», логически-поисковые задания. Упражнения на мышечную релаксацию; «Графический диктант»; Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие мышления (абстрагирование). Развитие пространственных представлений. Развитие словесно – логического мышления. Построение умозаключения по аналогии. Развитие сложных форм мышления (логического мышления): абстрагирование, установление закономерностей.
--	--	--

2	Развитие устойчивости, концентрации внимания. Расширение объема внимания. Переключение внимания. Избирательность внимания.	4	Найди фигуру, которой не хватает. Опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. Опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду). «Путанные линии», «Корректирующая проба», «Найди ошибку», Найди ошибки в словах. Таблицы Шульте. Найди семь предметов одного цвета (размера, формы, материала и т.д.). «Запомни и расставь точки», «Три круга внимания», «Что изменилось?», «Найди отличия». Красно-черные таблицы. «Кодировка». Найди ошибку в задаче. «Замри», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Путанные линии», логически-поисковые задания.
3	Расширение объема памяти, формирование навыков запоминания, развитие смысловой, зрительной и слуховой памяти	3	Логически не связанный текст (запомни порядковый номер и слово); Числа (запомни 20 чисел и их порядковый номер); Лица и имена (запомни изображенных людей по имени, назови их); Логически связанный текст (запомни 10 предложений, выделенных в тексте. Прочитай упражнение и через минуту воспроизведи предложения в заданном порядке); «Воспроизведение рассказа» (пересказ текста); запиши как можно больше слов по темам: школа, математика, музыка, книга, искусство, времена года, этика, спорт, композиторы, писатели, ученые и т.д.; Пословицы. Найди окончание пословицы по ее началу. Предметы. Запомни, сколько предметов лежит на столе. «Запоминаем, рисуя». Назови как можно больше слов, начинающихся с одной буквы. Назови как можно прилагательных к существительному. Смысловая память. Методика опосредованного запоминания (А.Н. Леонтьев). «Пиктограмма» А.Р. Лурия Зрительный диктант. Прочитай и повтори фразы различной длины. «Запомни изображения». Повтори по памяти фигуры из палочек. «Что изменилось?» посмотри на две картины. Найди отличия. «Сколько точек?», Слуховой диктант, «Запомни 10 слов», «Снежный ком», Послушай текст. Перескажи содержание.

Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы (19 часов)			
1	Развитие эмоциональной сферы. Формирование рефлексии личностных качеств. Развитие самооценки, умений принять себя; развитие умений дифференциации чувств. Коррекция мотивационной сферы (потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки и т. д.): • Уверенное и неуверенное поведение • Нужна ли агрессия? • Мои проблемы. Обиды • Критика • Compliments или лесть? • Умение вести беседу • Телефонный разговор • Круг общения • Мои чувства в конфликте Техника Я-высказываний	19	Развитие представлений о соотношении внутреннего состояния человека и его внешнего выражения. Вера в себя. Формирование у учащегося конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации. Отработка различных эмоциональных состояний. Игровая коррекция агрессивности, формирование и развитие внимания, доброжелательности. Рефлексия собственных чувств (Я – это Я), развитие умения различать виды поведения и умения работать в команде. Формирование у детей навыков самоконтроля. Формирование нравственных представлений. Примеры упражнений: • Какого человека мы называем «сильной личностью»? Что значит быть уверенным человеком? Какое поведение мы называем неуверенным? Какое поведение можно назвать агрессивным? Можно ли назвать уверенным агрессивное поведение? • «Ответь уверенно» • «Зубы и мясо». • Нарисуй символическое изображение «Вера в себя». • Конструктивная и деструктивная агрессия • Обучение способам снятия агрессии: дыхательные упражнения, комкать и бросать бумагу, стукнуть кулаком по столу, натянуть и отпустить резинку и др. • Беседа. Какие у тебя существуют проблемы (трудности) в жизни и зависит ли их решение от тебя? • Работа с проблемной ситуацией • «Диалог со своим мозгом» • «Я обижаюсь, когда...». Продолжи предложение • «Копилка обид» • «Рисуем обиду» • Беседа. На что больше всего обижаются люди. • «Что звучит обидно?»

			• «Я-сообщения». • Слышал ли ты слово «комплимент? Знаешь ли ты слово «лесть»? В чем отличие комплимента и лести? • «Скажи комплимент» • • «Словарик комплиментов» Что ты понимаешь под словом «беседа»? Какие правила ведения беседы ты знаешь? С кем ты чаще всего беседуешь? • Беседа. Для чего придумали телефон? Какие ты знаешь правила ведения телефонных разговоров? • Игра «Поговорим»: -ты звонишь по номеру «скорой помощи» и вызываешь скорую для заболевшей бабушки; -звонишь другу и спрашиваешь домашнее задание; -звонишь на работу кому-то из своих родителей, чтобы попросить разрешения сходить в кино; -тебе звонят и ошибаются номером; -тебе звонят и просят к телефону взрослых, но их нет дома • Обсуждение: -в какое время принято (и не принято) звонить по телефону(утром и вечером); -как здороваться по телефону? -как принимать звонок и начинать ответ? -в чем разница между деловыми звонками и личными? -кто заканчивает разговор и когда? -сколько по времени длятся телефонные разговоры? -как и когда использовать для телефонных разговоров слова «извините», «пожалуйста», «спасибо» Графическая беседа «Кругмоегообщения»- выявление конфликтов в общении с окружающими.
--	--	--	--

Раздел 5. Итоговая диагностика (2 часа)

1	Итоговая диагностика	2	Определение динамики развития учащегося
ИТОГО: 34 часа			

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для учащихся 8 классов)

№ п/п	Примерные темы занятий	Кол-во часов	Примерное содержание занятий (варьируется в зависимости от эмоционального состояния)
Раздел 1. Вводное занятие (1час)			
1	Вводное занятие.	1	Психодиагностические упражнения, создание положительной мотивации на занятия, знакомство.
Раздел 2. Комплексное обследование детей. Определение первичного уровня развития (2 часа)			
1	Входная диагностика	2	Исследование общей осведомлённости и кругозора учащихся. Исследование эмоционально-личностной сферы учащегося. Исследование профессиональных склонностей
Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций (9 часов)			
1	Формирование мыслительной операции анализа, сравнения, обобщения, выделения существенных признаков предметов и явлений, выявления закономерностей	3	Тренировка различных видов памяти, упражнения типа «Опиши картинку», «Инопланетяне», «Эстафета слов», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Развитие словесно-логической памяти, упражнения «Группировка слов», «Свяжи пару», «Ассоциации», «Ключевые слова», «Качание головой», «Ленивые восьмерки», Корректурная проба, Запомни изображения, Что изменилось, Логически-поисковые задания. Развитие активного воображения с использованием арт-техник: «Чернильные пятна», «Свободное рисование», «Пальчиковое рисование», «Орнаменты», «Каракули», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Чернильное пятно», «Я мечтаю», логически-поисковые задания. Описание наглядно представленных объектов. Выделение значимых частей объекта. Значимые (функционально необходимые) и украшающие элементы. Анализ объектов по картинке.

		Угадывание предметов по признакам (мебель-4 ножки и крышка, стол). Загадывание наглядно представленных объектов. Формирование произвольности зрительного восприятия, дорисовывание незаконченных изображений. Развитие зрительной памяти в процессе рисования по памяти. Выделение нереальных элементов нелепых картинок. Профилактика зрения. Гимнастика для глаз. Развитие дифференцированных осязательных ощущений, их словесное обозначение. Моделирование расположения различных объектов по отношению друг к другу в ближнем и дальнем пространстве. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (оставление простейших схем-планов комнаты, ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман). Определение времени по часам. Игры и упражнения на развитие произвольного внимания: «Корректирующие пробы», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Таблицы Шульте», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Найди отличия». «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду), найди отличия в рисунках, «Путанные линии», логически-поисковые задания. Упражнения на мышечную релаксацию; «Графический диктант»; Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие мышления (абстрагирование). Развитие пространственных представлений. Развитие словесно –
--	--	---

			логического мышления. Построение умозаключения по аналогии. Развитие сложных форм мышления (логического мышления): абстрагирование, установление закономерностей.
2	Развитие устойчивости, концентрации внимания. Расширение объема внимания. Переключение внимания. Избирательность внимания.	3	Найди фигуру, которой не хватает. Опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. Опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду). «Путанные линии», «Корректирующая проба», «Найди ошибку», Найди ошибки в словах. Таблицы Шульте. Найди семь предметов одного цвета (размера, формы, материала и т.д.). «Запомни и расставь точки», «Три круга внимания», «Что изменилось?», «Найди отличия». Красно-черные таблицы. «Кодировка». Найди ошибку в задаче. «Замри», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Путанные линии», логически-поисковые задания.
3	Расширение объема памяти, формирование навыков запоминания, развитие смысловой, зрительной и слуховой памяти	3	Логически не связанный текст (запомни порядковый номер и слово); Числа (запомни 20 чисел и их порядковый номер); Лица и имена (запомни изображенных людей по имени, назови их); Логически связанный текст (запомни 10 предложений, выделенных в тексте. Прочитай упражнение и через минуту воспроизведи предложения в заданном порядке); «Воспроизведение рассказа» (пересказ текста); запиши как можно больше слов по темам: школа, математика, музыка, книга, искусство, времена года, этика, спорт, композиторы, писатели, ученые и т.д.; Пословицы. Найди окончание пословицы по ее началу. Предметы. Запомни, сколько предметов лежит на столе. «Запоминаем, рисуя». Назови как можно больше слов, начинающихся с одной буквы. Назови как можно прилагательных к

			существительному. Смысловая память. Методика опосредованного запоминания (А.Н. Леонтьев). «Пиктограмма» А.Р. Лурия Зрительный диктант. Прочитай и повтори фразы различной длины. «Запомни изображения». Повтори по памяти фигуры из палочек. «Что изменилось?» посмотри на две картины. Найди отличия. «Сколько точек?», Слуховой диктант, «Запомни 10 слов», «Снежный ком», Послушай текст. Перескажи содержание.
Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы (20 часов)			
1	Развитие эмоциональной сферы. Формирование рефлексии личностных качеств. Развитие самооценки, умений принять себя; развитие умений дифференциации чувств. Коррекция мотивационной сферы (потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки и т. д.): • мышечная релаксация • устойчивость нервной системы • формирование позитивного Я-образа • осознание жизненных целей • мое здоровье-основа моей жизни • как мое здоровье зависит от меня	20	Развитие представлений о соотношении внутреннего состояния человека и его внешнего выражения. Вера в себя. Формирование у учащегося конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации. Отработка различных эмоциональных состояний. Игровая коррекция агрессивности, формирование и развитие внимания, доброжелательности. Рефлексия собственных чувств (Я – это Я), развитие умения различать виды поведения и умения работать в команде. Формирование у детей навыков самоконтроля. Формирование нравственных представлений. Примеры упражнений: • «Мышечная гимнастика» • «Мое напряжение» • «Разматывание клубка» • «Аутогенная тренировка» • «Муха в плену» • «Оживление тела» • «Сон» • «Электрический ток» • «Звучащее тело»

	• приятно ли со мной общаться • как избегать конфликтов • о чем говорит наша мимика? • общение и уважение • на пороге взросления. Я и моя семья. • с кем мы живем под одной крышей • я и моя будущая профессия • я себя вижу....		• «Оживление тела» • «Кто я?» • «Уровни Я» • «Право выбора» • «Мои потребности» • «Мои положительные качества» • «Чем я могу быть полезен другим людям» • Методика-интервью «Что было главным в жизни» • Беседа. Не в деньгах счастье? Как приступить к делу? • Методика «Моя продолжительность жизни» • «Что я знаю и чего не знаю?» • «Карта здоровья» • «Рекомендации себе» И.С. Артюхова стр. 105 • «Дневник самовоспитания» • «Приятно ли со мной общаться?» • «Шаг навстречу» • «Шесть проб» • «Конфликтная ли вы личность?» • Назови нарисованную эмоцию • «Разговор спина к спине» • «Получился человечек» • Беседа. Что такое уважение? Когда человек достоин уважения? • «Письмо» • «Телефонный разговор» • «Мой дом- моя крепость» • «Мои отец и мать»
--	---	--	--

			• Расскажи о своих братьях или сестрах. Составление правил общения братьев и сестер. Моя благодарность близким. • мое генеалогическое дерево • сочинение «Благодарность за прошлое»
Раздел 5. Итоговая диагностика (2 часа)			
1	Итоговая диагностика	2	Определение динамики развития учащегося
			ИТОГО: 34 часа

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

(для учащихся 9 классов)

№ п/п	Примерные темы занятий	Кол-во часов	Примерное содержание занятий (варьируется в зависимости от эмоционального состояния)
Раздел 1. Вводное занятие (1час)			
1	Вводное занятие.	1	Психодиагностические упражнения, создание положительной мотивации на занятия, знакомство.
Раздел 2. Комплексное обследование детей. Определение первичного уровня развития (2 часа)			
1	Входная диагностика	2	Исследование общей осведомлённости и кругозора учащихся. Исследование эмоционально-личностной сферы учащегося. Исследование профессиональных склонностей
Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций (8 часов)			
1	Формирование мыслительной операции анализа, сравнения, обобщения, выделения существенных признаков предметов и явлений, выявления закономерностей	2	Тренировка различных видов памяти, упражнения типа «Опиши картинку», «Инопланетяне», «Эстафета слов», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Развитие словесно-логической памяти, упражнения «Группировка слов», «Свяжи пару», «Ассоциации», «Ключевые слова», «Качание головой», «Ленивые восьмерки», Корректурная проба, Запомни изображения, Что изменилось, Логически-поисковые задания. Развитие активного воображения с использованием арт-техник: «Чернильные пятна», «Свободное рисование», «Пальчиковое рисование», «Орнаменты», «Каракули», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Чернильное пятно». «Я мечтаю», логически-поисковые задания. Описание наглядно представленных объектов. Выделение значимых частей объекта. Значимые (функционально необходимые) и украшающие элементы. Анализ объектов по картинке. Угадывание предметов по признакам (мебель-4 ножки и крышка, стол). Загадывание наглядно представленных объектов. Формирование произвольности зрительного восприятия,

		дорисовывание незаконченных изображений. Развитие зрительной памяти в процессе рисования по памяти. Выделение нереальных элементов нелепых картинок. Профилактика зрения. Гимнастика для глаз. Развитие дифференцированных осязательных ощущений, их словесное обозначение. Моделирование расположения различных объектов по отношению друг к другу в ближнем и дальнем пространстве. Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (оставление простейших схем-планов комнаты, ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман). Определение времени по часам. Игры и упражнения на развитие произвольного внимания: «Корректурные пробы», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Таблицы Шульте», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Найди отличия». «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду), найди отличия в рисунках, «Путанные линии», логически-поисковые задания. Упражнения на мышечную релаксацию; «Графический диктант»; Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие мышления (абстрагирование). Развитие пространственных представлений. Развитие словесно – логического мышления. Построение умозаключения по аналогии. Развитие сложных форм мышления (логического мышления): абстрагирование, установление закономерностей.
--	--	--

2	Развитие устойчивости, концентрации внимания. Расширение объема внимания. Переключение внимания. Избирательность внимания.	4	Найди фигуру, которой не хватает. Опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. Опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду). «Путанные линии», «Корректирующая проба», «Найди ошибку», Найди ошибки в словах. Таблицы Шульте. Найди семь предметов одного цвета (размера, формы, материала и т.д.). «Запомни и расставь точки», «Три круга внимания», «Что изменилось?», «Найди отличия». Красно-черные таблицы. «Кодировка». Найди ошибку в задаче. «Замри», «Назови, что видишь», «Корректировщик», «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Путанные линии», логически-поисковые задания.
3	Расширение объема памяти, формирование навыков запоминания, развитие смысловой, зрительной и слуховой памяти	2	Логически не связанный текст (запомни порядковый номер и слово); Числа (запомни 20 чисел и их порядковый номер); Лица и имена (запомни изображенных людей по имени, назови их); Логически связанный текст (запомни 10 предложений, выделенных в тексте. Прочитай упражнение и через минуту воспроизведи предложения в заданном порядке); «Воспроизведение рассказа» (пересказ текста); запиши как можно больше слов по темам: школа, математика, музыка, книга, искусство, времена года, этика, спорт, композиторы, писатели, ученые и т.д.; Пословицы. Найди окончание пословицы по ее началу. Предметы. Запомни, сколько предметов лежит на столе. «Запоминаем, рисуя». Назови как можно больше слов, начинающихся с одной буквы. Назови как можно прилагательных к существительному. Смысловая память. Методика опосредованного запоминания (А.Н. Леонтьев). «Пиктограмма» А.Р. Лурия Зрительный диктант. Прочитай и повтори фразы различной длины. «Запомни изображения». Повтори по памяти фигуры из палочек. «Что изменилось?» посмотри на две картины. Найди отличия. «Сколько точек?», Слуховой диктант, «Запомни 10 слов», «Снежный ком», Послушай текст. Перескажи содержание.

Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы (21 час)			
1	Развитие эмоциональной сферы. Формирование рефлексии личностных качеств. Развитие самооценки, умений принять себя; развитие умений дифференциации чувств. Коррекция мотивационной сферы (потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки и т. д.): • самовыражение способы медитации-визуализации • самооценка как регулятор поведения • как я расту и взрослею • я и мое здоровье • сила воли • я учусь планировать • как управлять собой • моя будущая профессия • эмоции и чувства вина, зависть • тревога, страх, любовь • взаимопонимание и доверие в общении • одиночество - одна из причин жизненных затруднений • как помочь одинокому человеку?	21	Развитие представлений о соотношении внутреннего состояния человека и его внешнего выражения. Вера в себя. Формирование у учащегося конструктивных способов реагирования в конфликтной ситуации. Отработка различных эмоциональных состояний. Игровая коррекция агрессивности, формирование и развитие внимания, доброжелательности. Рефлексия собственных чувств (Я – это Я), развитие умения различать виды поведения и умения работать в команде. Формирование у детей навыков самоконтроля. Формирование нравственных представлений. Примеры упражнений: • «Рисую внутреннюю речь » • «Пластилиновый человек» • Релаксация «Судно, на котором я плыву» • «Напряженные позы» • «Горная вершина» • «Как я сам себя оцениваю?» • «Примите себя!» • «Я глазами родителей или друга» • «Мое лучшее Я» • Беседа. Что изменилось в твоём возрасте в отношениях с родителями? С учителями? • «Что зависит от меня?» • «Мои поступки» • «Почему я устаю?» • «Рекомендации специалистов» • «Где находятся чувства?» Положительные и отрицательные чувства. Прибывание и убывание энергии. • «Моя вина»

	• я и моя будущая профессия • я себя вижу		• Беседа. Зависть. «Волшебное превращение зависти» • Эмоции и потребности. Когда возникает страх и тревога? • «Испуганное дыхание» • Беседа. Тревога. «Мой страх» • Беседа. Любовь. «Моя любовь» • «В чем секрет обаяния?» • «Шесть правил» • «Ступени взаимопонимания» • Ассоциации. Нарисуй, с чем у тебя ассоциируется доверие - Обсуждение народной мудрости: из трудностей в одиночку не выйти • Портрет одинокого человека • Ролевая игра «Разговори одинокого человека» • Тест «Одиночество» • Обсуждение: может ли человек прожить жизнь, не испытывая трудностей? Интересной ли будет жизнь, лишённая трудностей? Как нужно принимать трудности, встреченные на пути? Как можно бороться с трудностями и неурядицами? • Как помочь себе и другим в жизненных ситуациях?
--	--	--	--

Раздел 5. Итоговая диагностика (2 часа)

1	Итоговая диагностика	2	Определение динамики развития учащегося
ИТОГО: 34 часа			

Список литературы:

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Познаю свои способности: Рабочая тетрадь для учащихся 5 класса общеобразовательных учреждений. — М.: Вентана-Граф, Просвещение, 2007. — 56 с: ил. — (Все цвета, кроме чёрного)
2. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс: Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. — М.: Вентана-Граф, Просвещение, 2008. — 48 с: ил. — (Все цвета, кроме чёрного).
3. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 1997. — 298 с.
4. Божович Л.И. Проблема формирования личности. — М., Воронеж. 1995.
5. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. — М., 1989.
6. Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. —Л., 1990
7. Гудзовская А.А., Сураева Г.З. Уроки самоопределения. Методическое пособие для учителей по курсу «Основы жизненного самоопределения». — Самара, 1996.
8. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. — СПб., 2001г.
9. Ильина М. В. "Чувствуем, познаём, размышляем". - М.: АРКТИ, 2004
10. Истратова О. Н. "Практикум по детской психокоррекции: Игры, упражнения, техники". - Ростов-на-Дону "Феникс", 2008.
11. Климов Е.А. Как выбирать профессию? —М., 1990.
12. Кряжева Н. Л. "Мир детских эмоций". - Ярославль: "Академия развития", 2001.
13. Локалова Н.П. Как помочь слабоуспевающему школьнику. - М., «Академия развития», 2002.
14. Макарова Е.Г. Преодолеть страх или искусствотерапия. - М., 1996.
15. Максакова В. Полякова С. Учимся договариваться. (Я –ТЫ – МЫ): Методическое руководство для учителя начальной школы. — М., 1998
16. Микляева А. "Я - подросток. Программа уроков психологии". — СПб.: Речь, 2006. — 336 с.
17. Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. - М.: Сфера, 2002 - 510 с.
18. Прощицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии. —М., 1995
19. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. — М.: «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «Модэк», 1997, 56 с.
20. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии: Научно-популярное издание. —М.: Генезис, 2002.
21. Селевко Г.К., Тихомирова Н.К., Левина О.Г. Сделай себя сам. — Изд. 2-е. — М.: Народное образование, 2005. — Серия «Самосовершенствование личности».

22. Селевко Г.К. Познай себя. — Изд. 2-е. — М.: Народное образование, 2005. — Серия «Самосовершенствование личности».
23. Селевко Г.К. Научи себя учиться. — Изд. 2-е. — М.: Народное образование, 2005. — Серия «Самосовершенствование личности».
24. Селевко Г.К. Утверждай себя. — Изд. 2-е. — М.: Народное образование, 2005. — Серия «Самосовершенствование личности».
25. Селевко Г.К. Найди себя. — Изд. 2-е. — М.: Народное образование, 2005. — Серия «Самосовершенствование личности».
26. Семаго Н. Я. Семаго М. М. "Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка".
27. Смирн Р. Групповая работа с детьми и подростками. — М., 2000.
28. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5 – 9). М., 2015.
29. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 1995.
30. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. —М.:ВЛАДОС, 2001.
31. Экскурсии в мир профессий. —Л., 1990