**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Тинская школа-интернат»**

|  |
| --- |
|  |

**Рабочая адаптированная программа**

**коррекционного курса**

**«Психокоррекционные занятия»**

**6,7, 8-9 класс**

**2024-2025 учебный год**

Составила программу:учитель

Терешонок Елена Николаевна

п. Тинской,

2024 год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа **коррекционного курса «Психокоррекционные занятия»** разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Тинская школа – интернат» и предназначена для учащихся **6, 7, 8-9 классов** с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

Данная рабочая программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1.Федерального Закона «Об образовании в  Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;

2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)”;

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"

4. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

5. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Тинская школа – интернат» вариант 1.

Значительная часть детей с отклонениями в развитии, несмотря на усилия, принимаемые обществом с целью их обучения и воспитания, став взрослыми, оказывается не подготовленной к интеграции в социально – экономическую жизнь. Вместе с тем результаты исследований и практик свидетельствуют о том, что любой человек, имеющий дефект развития, может при соответствующих условиях стать полноценной личностью, развиваться духовно, обеспечивать себя в материальном отношении и быть полезным обществу.

Ребенок с ограниченными возможностями здоровья нуждается в особом подходе. Чтобы эффективно управлять формированием его личности, требуются глубокие знания психологических закономерностей, объясняющих специфику развития ребенка на всех возрастных этапах.

Дети с интеллектуальной недостаточностью особенно нуждаются в целенаправленном обучении, они не усваивают общественный опыт спонтанно. Ученые, исследующие особенности развития детей с отклонениями в развитии, в первую очередь отмечают у них отсутствие интереса к окружающему. Поэтому для организации обучения и воспитания этих детей особую роль играют способы воздействия, направленные на активизацию их познавательной деятельности

**Основной целью данной программы является:**

Формирование психологического базиса для полноценного развития личности ребенка, создание зоны ближайшего развития для преодоления недостатков интеллектуальной деятельности, повышение уровня общего развития учащихся, восполнение пробелов предшествующего развития и обучения, а так же оказание помощи умственно отсталым детям на основе создания оптимальных возможностей и условий проявления личностного потенциала ребенка.

**Предлагаемый курс направлен на решение следующих задач:**

1. *Коррекция и развитие высших психических функций и познавательной деятельности ребенка с интеллектуальной недостаточностью:*

* развитие пространственного восприятия;
* коррекция концентрации, устойчивости, распределения, переключения, объема внимания;
* развитие мелкой моторики;
* развитие памяти (зрительной, слуховой);
* опосредованного запоминания
* развитие фонематического слуха и восприятия;
* развитие мышления.
* развитие мыслительных операций;
* развитие понятийного мышления;
* развитие воображения;

1. Коррекция и развитие эмоционально – волевой сферы: овладение регулятивным поведением, развитие внутренней активности, формирование адекватной самооценки, формирование поведения адекватного социальным нормам.
2. Формирование коммуникативных функций: умение владеть вербальными и невербальными средствами передачи информации, умение общаться поддержать беседу диалог.
3. Повышение мотивации к учебной деятельности.

**Общая характеристика коррекционного курса**

Программа коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» направлена на коррекцию и развитие высших психических функций воспитанников 6-9 классов. В данной программе уменьшается количество упражнений и игр, направленных на развитие моторики и сенсомоторных процессов, имеющих большое значение в развитии познавательной сферы учащихся начальной школы. Вместе с тем много внимания уделяется играм и упражнениям, направленным на формирование коммуникативных навыков. Умственно отсталые подростки часто испытывают сложности при установлении контакта с собеседником, при необходимости передать или принять информацию. Такие умения нужны в обучении, профессиональном становлении, личном общении.

Программа коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» составлена с учетом специфики психического развития детей с нарушениями интеллекта. В её основе лежат требование по усвоению знаний, умений и навыков, определяемых требованиями программно – методических материалов коррекционно – развивающего обучения умственно отсталых детей. Включает в себя: Упражнения и игры по развитию навыков общения, сплочения детского коллектива. Игры и упражнения на развитие моторики, ощущений, воображения, мышления, внимания, памяти, произвольности, на развитие пространственных представлений, внутреннего плана действий. На занятиях коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» уточняется значение новых понятий, слов, продолжается работа над текстом, пословицами и поговорками, образными выражениями, разбираются тексты об природных явлениях, образе жизни людей, зверей, птиц, внешнем виде, что предусматривает тесное взаимодействие с учебными предметами, такими как русский язык, чтение, мир вокруг, естествознание, математика, культура поведения, изобразительное искусство, социально - бытовая ориентировка, трудовое обучение.

Диагностическая работа предназначена быть основой для разработки рекомендаций по оптимизации психического развития ребенка. В плане развития личности она необходима для обеспечения контроля за динамикой этого развития, предупреждения возможных отклонений, определения программы работы с обследуемыми детьми с целью оптимизации условий этого развития, оценки эффективности психолого – педагогических мероприятий и т.п.

Системные психолого-педагогические исследования дают основание рассматривать развитие как сложный структурный, разноуровневый и противоречивый процесс, отражающий как общечеловеческие, так и индивидуальные особенности, и возможные отклонения в социально – психологическом становлении личности ребенка. Выраженность отклонений в развитии определяется состоянием основных психических образований: интеллекта, памяти, речи, мотивации, воли, а также сформированностью механизмов произвольной саморегуляции и межличностного взаимодействия. Одним из объективных показателей неблагополучия в психическом развитии, становлении личностных качеств ребенка является школьная успеваемость и поведение.

Принципы построения коррекционных занятий заключаются в моделировании ситуаций, демонстрирующих недостаточную успешность деятельности ребенка в соответствии с изначально присущими ему поведенческими стереотипами, и демонстрации результатов, свидетельствующих о возможности повышения эффективности, успешности этой деятельности при их изменении.

Чтобы обеспечить эффективную коррекционную работу, важно обеспечить положительную мотивацию участия ребенка в предлагаемой взрослыми деятельности. Выполнение данного требования является решающим в организации всей коррекционной работы.

**Место коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия»входит в **коррекционно развивающую область** учебного плана КГБОУ «Тинская школа-интернат».

**Программа предназначена для**

6 класса и рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю;

7 класса и рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю;

8-9 классов и рассчитана на 102 часа, по 3 часа в неделю.

**Личностные и предметные планируемые результаты освоения**

**коррекционного курса**

**Личностные результаты**

* положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому её восприятию.
* принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
* развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
* стремление реализовать свой творческий потенциал,
* чувство единства, умение действовать согласованно;
* готовность к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязаний;
* целостная психолого-педагогическая культура;
* устойчивая положительная мотивация на учебную деятельность;
* основные мыслительные операции (анализ, сравнение, обобщение, синтез, умение выделять существенные признаки и закономерности);
* адекватное восприятие окружающей действительности и самого себя;
* адаптивность поведения обучающихся в соответствии с ролевыми ожиданиями других;
* нравственно-моральные качества,

**Предметные результаты**

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень овладения предметными результатами не является обязательными для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью.

***Минимальный уровень:***

* сравнивать разные приёмы действий, выбирать удобные способы для выполнения конкретного задания;
* анализировать текст познавательной задачи: ориентироваться в тексте, выделять условие и вопрос, данное и искомое;
* искать и выбирать необходимую информацию, содержащуюся в тексте задачи, на рисунке или в таблице, для ответа на заданные вопросы;
* моделировать ситуацию, описанную в тексте задачи, использовать соответствующие знаково-символические средства для моделирования ситуации;
* выбирать наиболее эффективный способ решения;
* моделировать в процессе совместного обсуждения алгоритм решения задачи, использовать его в ходе самостоятельной работы;
* выполнять пробное учебное действие, фиксировать индивидуальное затруднение в пробном действии;
* анализировать правила игры, действовать в соответствии с заданными правилами;
* аргументировать свою позицию в коммуникации, учитывать разные мнения, использовать критерии для обоснования своего суждения;
* контролировать свою деятельность: обнаруживать и исправлять ошибки
* анализировать предложенные варианты решения задачи, выбирать из них верные
* применять изученные способы учебной работы и разнообразные приёмы для работы с головоломками;
* выделять фигуру заданной формы на сложном чертеже;
* анализировать расположение деталей в исходной конструкции
* объяснять (обосновывать) выполняемые и выполненные действия;
* объяснять (доказывать) выбор способа действия при заданном условии
* выделять существенные признаки предметов;
* сравнивать между собой предметы и явления, обобщать и делать выводы;
* классифицировать явления, предметы;
* определять последовательность событий;
* контролировать себя, находить ошибки в работе и самостоятельно их исправлять;
* работать самостоятельно в парах, в группах;
* уметь выделять существенные элементы, части;
* уметь устанавливать закономерности, находить сходства – различия, тождество, соотносить часть – целое, сравнивать по существенным признакам, выделять четвертый лишний предмет и др.;
* уметь ориентироваться во времени и в пространственных представления;
* уметь выделять основное в содержании части или рассказа в целом, определить с помощью учителя смысл прочитанного;
* уметь передать свое отношение к поступкам или событиям;
* уметь применять средства выразительности;
* понимать чувства и переживания окружающих людей.

***Достаточный уровень:***

* конструировать последовательность шагов (алгоритм) решения задачи;
* включаться в групповую работу: участвовать в обсуждении проблемных вопросов, высказывать собственное мнение и аргументировать его;
* сопоставлять полученный (промежуточный, итоговый) результат с заданным условием
* выявлять закономерности;
* устанавливать положительный эмоциональный контакт;
* использовать навыки невербального и вербального общения;
* концентрировать, переключать своё внимание;
* увеличить скорость и гибкость мышления
* концентрировать, переключать своё внимание;
* развивать свою память;
* улучшить уровень пространственной сообразительности, зрительно-моторной координации;
* уметь копировать, уметь анализировать и удерживать зрительный образ;

**Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения**

**программы коррекционного курса**

Оценка достижения планируемых предметных и личностных результатов курса «Психокоррекционные занятия» - поощрение и стимулирование работы ученика, осуществляется с использованием только качественной оценки (словесные похвалы; предметы, входящие в круг интересов ребенка).

В целом оценка достижения обучающимися предметных результатов базируется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения выполняют коррекционно-развивающую функцию поскольку они играют определенную роль в становлении личности ученика и овладении им социальным опытом.

**Общая характеристика коррекционного курса**

Программно-методический материал включает 9 разделов:

1. Диагностика познавательной сферы эмоционального восприятия.
2. Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир".
3. Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка.
4. Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка.
5. Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений.
6. Коррекция эмоционально-личностной сферы «Познавая себя и других».
7. Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы.
8. Профессиональное самоопределение.
9. Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой».

**Структура уроков психологического развития**

Материал каждого занятия рассчитан на 40 минут.

1. Вводная часть. Задачей вводной части является создание у обучающихся определенного положительного эмоционального состояния. Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности. Для каждого урока подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном уроке.
2. Основная часть. Тренировка психических механизмов, лежащих в основе познавательных способностей: памяти, внимания, воображения, мышления. Задания, используемые на этом этапе занятия, не только способствуют развитию этих столь необходимых качеств, но и позволяют, неся соответствующую дидактическую нагрузку, углублять знания ребят, разнообразить методы и приёмы познавательной деятельности, выполнять творческие упражнения. Все задания подобраны так, что степень их трудности увеличивается от занятия к занятию. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий. Однако для предотвращения снижения интереса обучающихся к повторным выполнениям одного и того же задания обеспечивается разнообразием внешнего оформления содержания ряда заданий, но сохраняется единство их внутренней психологической направленности. Реализуется принцип

«спирали», т.е. возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.

1. Заключительная часть. Задача заключительной части: подведение итогов занятия, обсуждение результатов работы обучающихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий.

Существенным моментом здесь являются ответы обучающихся на вопрос, чем же они занимались и чему научились на данном уроке. В заключительную часть занятия так же включаются упражнения на дыхание, расслабление, упражнения выполняются под музыку.

1. **класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Название разделов** | **Кол- во**  **часов** | **Виды учебной деятельности** |
| **1** | **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия** | **4** | Выполнение тестовых заданий по  определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения |
| **2** | **Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"** | **28** |  |
| 2.1 | "Коррекция и  развитие внимания и его свойств.  Развитие произвольности психических процессов". | 6 | Сосредотачивает сознание на определенных предметах или явлениях при одновременном отвлечении от других. Выполняет  упражнения на развитие произвольного внимания. |
| 2.2 | "Коррекция и  развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий" | 8 | Обобщает и классифицирует объекты,  выделяет существенные признаки. Выполняет упражнения на развитие способности  систематизации объектов и информации. |
| 2.3 | "Коррекция и  развитие памяти. Обучение приёмам запоминания". | 8 | Развивает слуховую и зрительную память, запоминает большой по объему материал, а потом его воспроизводит. |
| 2.4 | "Коррекция и | 6 | Воспринимает контуры предметов, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | развитие восприятия и воображения". |  | целостность предмета, учится ориентироваться в пространстве, развивает воображение. Выполняет упражнения на  развитие внимания и зрительного восприятия. |
| **3** | **Развитие эмоционально- волевой сферы ребенка** | **32** |  |
| 3.1 | "Палитра характеров". | 6 | Выполняет упражнения на сопоставление различных черт характера и адекватной самооценки. |
| 3.2 | "Что такое воля " | 6 | Выполняет упражнения на раскрытие волевых возможностей. |
| 3.3 | "Умение владеть собой " | 8 | Выполняет упражнения, направленные на снятие напряжения и вхождение в состояние расслабленности |
| 3.4 | «Что такое общение. Культура общения.» | 6 | Выполняет упражнения, направленные на формирование понятий общение и его видов,  а также правильного поведения в различных бытовых ситуациях. |
| 3.5 | «Умение сотрудничать» | 6 | Выполняет упражнения, развивающие умение сотрудничать и выражать интерес, внимание. Тренирует навыки сотрудничества и эффективного общения сосредоточенность |
| **4** | **Повторное тестирование** | **4** | Выполнение тестовых заданий по  определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения |
| **Итого: 68 часов** | | | |

1. **класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Название разделов** | **Кол- во**  **часов** | **Виды учебной деятельности** |
| **1** | **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия** | **4** | Выполнение тестовых заданий по  определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально- личностного и эмоционального развития в начале обучения |
| **2** | **Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"** | **18** |  |
| 2.1 | "Коррекция и развитие внимания и его | 4 | Сосредотачивает сознание на  определенных предметах или явлениях при |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | свойства. Развитие произвольности психических процессов". |  | одновременном отвлечении от других. Выполняет упражнения на развитие произвольного внимания. |
| 2.2 | "Коррекция и развитие мышления и мыслительных  операций. Развитие внутреннего плана действий" | 6 | Обобщает и классифицирует объекты, выделяет существенные признаки.  Выполняет упражнения на развитие способности систематизации объектов и информации. |
| 2.3 | "Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам  запоминания". | 6 | Развивает слуховую и зрительную память, запоминает большой по объему материал, а потом его воспроизводит. |
| 2.4 | "Коррекция и развитие восприятия". | 2 | Воспринимает контуры предметов, целостность предмета, учится ориентироваться в пространстве, развивает воображение. Выполняет упражнения на  развитие внимания и зрительного восприятия. |
| **3** | **Коррекция эмоционально- личностной сферы и**  **поведения "Познавая себя и других"** | **20** |  |
| 3.1 | "Я - это я! Знаю ли я себя" | 4 | Выполняет упражнения на формирование и развитие способностей к самопознанию, осознание своей личной уникальности |
| 3.2 | "Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела? | 4 | Выполняет упражнения на развитие навыков эмпатии. |
| 3.3 | "Я и Ты. Чем мы похожи". | 2 | Выполняет упражнения на развитие навыков самоанализа и наблюдательности. |
| 3.4 | "Кто твой настоящий друг" | 2 | Выполняет упражнения на развитие умения ценить и уважать друзей, находить  положительные стороны личности в окружающих |
| 3.5 | "Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции | 4 | Выполняет дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию, упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжение и  расслаблением |
| 3.6 | "Поведение и культура | 4 | Учится вежливо говорить, развивает |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | умение начать, поддержать и вести разговор. |
| **4** | **Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений** | **22** |  |
| 4.1. | Освоение приёмов активного общения "Я и другие" | 4 | Выполняет упражнения на умение определить личностные черты других людей, передачу внутренних черт  характера через выразительные позы, умений распознавать эмоциональное состояние по мимике. |
| 4.2. | Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие" | 2 | Выполняет упражнения на развитие мимических движений, развитие коммуникативных навыков. |
| 4.3. | Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю" | 2 | Выполняет упражнения на формирование навыков активного слушания. |
| 4.4. | Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение" | 2 | Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения. |
| 4.5 | Устранение барьеров общения "Я + Ты" | 2 | Работа с таблицей барьеры общения.  Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения. |
| 4.6 | "Стили общения" | 2 | Заполняет таблицы разные стили общения. Участвует в разыгрывание этюдов беседы |
| 4.7 | Навыки совместной работы.  Коммуникативная игра "Путешественники» | 2 | Выполняет упражнения на развитие навыки совместной работы. |
| 4.8 | "Конфликты и способы их разрешения".  Отработка навыков неконфликтного поведения. | 6 | Отрабатывает навыки неконфликтного поведения |
| **5** | **Повторное тестирование** | **4** | Выполнение тестовых заданий по  определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально- личностного и эмоционального развития в конце обучения |
| **Итого: 68 часов** | | | |

* 1. **класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Название разделов** | **Кол- во**  **часов** | **Виды учебной деятельности** |
| **1** | **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия** | **4** | Выполнение тестовых заданий по  определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения |
| **2** | **Коррекция и развитие социальных и**  **коммуникативных умений** | **28** |  |
| 2.1 | Структура общения и его виды | 4 | Заполнение таблицы «Общение его виды и структура». Выполнение упражнения, направленные на тренировку правильности восприятия собеседника. |
| 2.2 | Вербальное и невербальное общение. | 4 | Выполнение упражнения «Зеркало»  «Самонаблюдение» «Разговор без слов». |
| 2.3 | Освоение приёмов активного общения "Я и другие" | 4 | Выполняет упражнения на умение определить личностные черты других людей, передачу внутренних черт характера через  выразительные позы, умений распознавать эмоциональное состояние по мимике. |
| 2.4 | Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие" | 2 | Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения. |
| 2.5 | Устранение барьеров общения "Я + Ты" | 2 | Работа с таблицей барьеры общения.  Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения. |
| 2.6 | "Стили общения" | 2 | Заполняет таблицы разные стили общения. Участвует в разыгрывание этюдов беседы |
| 2.7 | Навыки совместной работы.  Коммуникативная игра "Путешественники» | 2 | Выполняет упражнения на развитие навыки совместной работы. |
| 2.8 | Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение" | 4 | Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения, навыков общения, умения убеждать. |
| 2.9 | Конфликты в общении и пути их разрешения. | 4 | Отрабатывает навыки неконфликтного поведения и конструктивного разрешения конфликта. |
| **3** | **Коррекция эмоционально- личностной сферы и**  **поведения "Познавая себя и других"** | **20** |  |
| 3.1 | "Я - это я! Знаю ли я себя" | 4 | Выполняет упражнения на формирование и развитие способностей к самопознанию, осознание своей личной уникальности |
| 3.2 | "Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела? | 4 | Выполняет упражнения на развитие навыков эмпатии. |
| 3.3 | "Я и Ты. Чем мы похожи". | 2 | Выполняет упражнения на развитие навыков самоанализа и наблюдательности. |
| 3.4 | "Кто твой настоящий друг" | 2 | Выполняет упражнения на развитие умения ценить и уважать друзей, находить положительные стороны личности в окружающих |
| 3.5 | "Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции | 4 | Выполняет дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию, упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжение и  расслаблением. |
| 3.6 | "Поведение и культура | 4 | Учится вежливо говорить, развивает умение начать, поддержать и вести разговор. |
| **4** | **Коррекция и развитие эмоционально- личностной сферы**  **"Профессиональное самоопределение»** | **20** |  |
| 4.1 | Волшебный мир профессий.  Классификация профессий. | 4 | Выполняет упражнения на развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Составление  Информационной карты оценки мира профессий. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 4.2 | Ошибки в выборе профессий | 4 | Выполняет задание на актуализацию знаний о профессиональном самоопределении.  Выработка алгоритма принятия решения о профессиональном самоопределении» |
| 4.3 | Мои профессиональные интересы и склонности. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии. | 4 | Изучает личностные особенности выбора профессии. Выполняет задание на развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. Изучает основные медицинские противопоказания при выборе профессии. |
| 4.4 | Пути получении профессии | 4 | Выполняет задание на актуализацию знаний о способах и путях получения профессии. |
| 4.5 | Портрет подходящей профессии | 4 | Изучает личностные особенности выбора профессии. Выполняет задание на развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. |
| **5** | **Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"** | **10** |  |
| 5.1 | "Коррекция и развитие внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов". | 2 | Сосредотачивает сознание на  определенных предметах или явлениях при одновременном отвлечении от других. Выполняет упражнения на развитие произвольного внимания. |
| 5.2 | "Коррекция и развитие мышления и мыслительных  операций. Развитие внутреннего плана действий" | 4 | Обобщает и классифицирует объекты, выделяет существенные признаки.  Выполняет упражнения на развитие способности систематизации объектов и информации. |
| 5.3 | "Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам  запоминания". | 4 | Развивает слуховую и зрительную память, запоминает большой по объему материал, а потом его воспроизводит. |
| **6** | **Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я**  **учусь владеть собой»** | **16** |  |
| 6.1 | Что такое стресс.  Способы помощи в  стрессовых ситуациях | 4 | Выполняет упражнения на развитие навыков борьбы со стрессом |
| 6.2 | Отработка навыков саморегуляции и самоконтроля кинезиологическими методами. | 4 | Выполняет упражнения на развитие навыка самоконтроля и релаксации |
| 6.3 | Как подготовиться к итоговой контрольной работе или экзамену. | 2 | Воспринимает советы по подготовке к итоговой контрольной работе или экзамену. |
| 6.4 | Отработка навыков неконфликтного поведения. | 4 | Выполняет упражнения на развитие навыка бесконфликтного общения |
| 6.5 | Обобщающее занятие.  «Карта моей будущей жизни» | 2 | Выполняет задания, направленные на обобщение полученных знаний, развитие представлений о будущем |
| **6** | **Итоговое тестирование** | **4** | Выполнение тестовых заданий по  определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения |
| **Итого: 68 часов** | |  | |

**Поурочное тематическое планирование**

1. **класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Тема урока** | **Кол-во часов/**  **даты** |
|  | **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия** | **4** |
| 1-2 | Исследование мышления (Тест «4 лишний»)  Тест «Разрезные картинки» (исследование восприятия) Тест «Запомни картинки» (исследование памяти) | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тест «Корректурная проба» |  |
| 3-4 | Тест «Последовательность событий» (исследование восприятия)  Исследование памяти (тест «10 слов») | 2 |
|  | **Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"** | **28** |
|  | *"Коррекция и развитие внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов".* |  |
| 5-6 | Упражнение «Закончи предложение». | 2 |
| 7-8 | Упражнение «Чего больше?» | 2 |
| 9-10 | Упражнение «Лишнее слово». | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"* |  |
| 11-12 | Упражнение «Восстанови пропущенное слово» | 2 |
| 13-14 | Упражнение «Закончи словосочетания». | 2 |
| 15-16 | Упражнение «Закончи предложение» | 2 |
| 17-18 | Упражнение «Составляем определения» | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания".* |  |
| 19-20 | Упражнение «Запомни фигуры» | 2 |
| 21-22 | Упражнение «Запомни нужные слова» | 2 |
| 23-24 | Упражнение «Пиктограмма» | 2 |
| 25-26 | Упражнение «Вспомни пару» | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие восприятия и воображения".* |  |
| 27-28 | Упражнение «Сравнение понятий» | 2 |
| 29-30 | Упражнение «Новые словечки» | 2 |
| 31-32 | Упражнение «Угадайка» | 2 |
|  | **Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка** | **32** |
|  | *"Палитра характеров".* |  |
| 33-34 | Формируем понятие о том, что все люди разные и имеют свой характер. Развитие адекватного отношения к другому человеку, усвоение социально-приемлемых норм поведения через обсуждение рассказов. Формируем умение определить личностные черты других людей. Упражнение на передачу внутренних черт характера через выразительные позы («Часовой», «Так будет справедливо», «Ябеда», «Кривляка»,  «Честность», «Доброта»). | 2 |
| 35-36 | Игры на сопоставление различных черт характера «Два | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | друга», «Три характера», «Чертенок», «Мальчик - наоборот»). Этюды по изучению поз, походки и других выразительных  движений. Игра на развитие умения выражать интерес, внимание, сосредоточенность («Что там происходит?»,  «Кузнечик», «Раздумье») |  |
| 37-38 | Сочинения фантазии характеров с опорой на строки  литературных произведений («Сочини сказку». «Кем и чем я могу быть») | 2 |
| 39-40 | Формируем адекватную самооценку через упражнение «как я выгляжу в глазах моих близких». Определяем кто входит в круг близких людей и почему. Игра «ассоциации». Игры- импровизации на передачу характеров персонажей («Игра в другого человека», «Мой двойник», «разговор по телефону»). | 2 |
|  | *"Что такое воля"* |  |
| 41-42 | Формируем понятие о том, что такое воля какое значение имеет в жизни человека. Упражнения на волевую само  регуляцию «Платочек смеха» «Поддержи друга» «Я прошу у вас прощения» «Гляделки». | 2 |
|  | *"Умение владеть собой "* |  |
| 43-44 | Упражнения направленные на снятие напряжения и вхождение в состояние расслабленности: «Пружинки, Солнышко и тучка», «Кулачки». «Поющие коты» Упражнение на дыхание. | 2 |
| 45-46 | Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжение и расслаблением:  «Жарко - холодно», «Мячик», «Запретное движение». «Крюки Дениса» «Дыхательные упражнения» | 2 |
| 47-48 | Упражнения, направленные на умение регулировать и контролировать свое поведение: «нос-пол-потолок», «4 стихии». «светофор» «Платочек смеха», Кнопки мозга» | 2 |
| 49-50 | Упражнения, направленные на умение регулировать и контролировать свое поведение: «Дыхательная техника»,  «мешочек гнева», «Что слышно?» «Запретное движение»  «Энергетическая зевота» | 2 |
|  | *«Что такое общение. Культура общения.»* |  |
| 51-52 | Формирование понятий общение и его видов. Упражнения, направленные на формирование коммуникативных навыков и поведения в различных бытовых ситуациях. «Как  здороваются люди разных профессий» «Угадай кто»  «Молекулы» Использование волшебных слов (приветствия, благодарности. Извинения) «Игра снежный ком» | 2 |
| 53-54 | Как себя вести в кругу друзей, классе. Моделирование ситуаций. Учимся вежливо говорить (умение начать, поддержать и вести разговор. Упражнения «Репортер» | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | «Интервью со взрослым» «Пойми меня» |  |
| 55-56 | Моделирование ситуаций общения разговора по телефону, правила общения по телефону. Игра «Телефон» моделирование ситуаций общения с незнакомым человеком  «Как пройти в библиотеку» «говорим жестами» | 2 |
| 57-58 | Упражнение на развитие навыков письменного общения: «Я вам пишу.», «Письмо другу». Правила хорошего тона.  Моделирование ситуаций. «За столом», «Я жду гостей» | 2 |
|  | *«Умение сотрудничать»* |  |
| 59-60 | Формирование понятий сотрудничества. Игры, развивающие умение сотрудничать: «Найди путь» «Проводник» «Угадай настроение. Этюды по изучению поз, походки и других  выразительных движений. Игра на развитие умения выражать интерес, внимание, сосредоточенность («Что там происходит?», «Кузнечик», «Раздумье») | 2 |
| 61-62 | Игры на развитие умения выражать эмоциональные чувства радости, удовольствия. Обсуждение какие бывают эмоции:  положительные и отрицательные, как они влияют на общение и сотрудничество. Выбираем цвета для полярных эмоций. | 2 |
| 63-64 | Тренируем навыки сотрудничества и эффективного общения.  Упражнения «Контакт» «Поиск общего» «Иностранец и переводчик» «Доверяющее падение». | 2 |
|  | **Повторное тестирование** | **4** |
| 65-66 | Исследование мышления (Тест «4 лишний»)  Тест «Разрезные картинки» (исследование восприятия) Тест «Запомни картинки» (исследование памяти)  Тест «Корректурная проба» | 2 |
| 67-68  **Итого:**  **68** | Тест «Последовательность событий» (исследование восприятия)  Исследование памяти (тест «10 слов») | 2 |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Тема урока** | **Кол-во часов** |
|  | **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия** | **4** |
| 1-2 | Исследование мышления (Тест «4 лишний»)  Тест «Разрезные картинки» (исследование восприятия) Тест «Запомни картинки» (исследование памяти)  Тест «Корректурная проба» | 2 |
| 3-4 | Тест «Последовательность событий» (исследование восприятия)  Исследование памяти (тест «10 слов») | 2 |
|  | **Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"** | **18** |
|  | *"Коррекция и развитие внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов".* |  |
| 5-6 | Упражнение «Пишущая машинка». Примерные слова: дом, папа, мама, чаша, каша, рама, рука, вода, бык, сон, стул,  ложка. | 2 |
| 7-8 | Упражнение «Отыщи числа». | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | *"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"* |  |
| 9-10 | Упражнение «Совмести фигуры» | 2 |
| 11-12 | Упражнение «Подбери общее понятие» | 2 |
| 13-14 | Упражнение «Закончи рисунок». | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания".* |  |
| 15-16 | Развитие слуховой памяти игра «Какое слово повторяется?»,  «10 слов». Развитие зрительной памяти «Запомни пары картинок». Игра «Что изменилось?», «Мой путь от дома до школы». «Запомни и нарисуй» | 2 |
| 17-18 | Развитие зрительной памяти «Запомни картинки». Игра  «Пиктограмма». Развитие слуховой памяти «Пары слов». «10 цифр» Игра «Запрещенное движение». Работа с текстом  «Зимняя сказка». Игра «Снежным ком», «слова заблудились». | 2 |
| 19-20 | Развитие зрительной памяти с использованием картинок «Что изменилось?». Упражнения «Каждому животному свое место». Работа с мнемотаблицами к сказкам. Развитие слуховой памяти «Пары слов», Запомни слова и повтори»,  работа с мнемо таблицами | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие восприятия".* |  |
| 21-22 | Развитие восприятия контура предметов «Контуры». Работа по восприятию целостности предмета «Пазлы». Развитие пространственного восприятия - игра «Право - лево, верх- низ». Развитие воображения «Дорисуй картинку». Развитие внимания и зрительного восприятия «Лабиринт» «Найди на картинке фрагменты изображения». Развитие воображения  «Соедини точки», «Расскажи историю по картинкам»,  «Дорисуй животное». Картинки «Нелепицы». Развитие пространственной ориентации игра «Правая рука - левая нога». | 2 |
|  | **Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других"** | **20** |
|  | *"Я - это я! Знаю ли я себя"* |  |
| 23-24 | Формирование и развитие способностей к самопознанию, осознание своей личной уникальности. Упражнения  «Листок», «Профиль» «10 ответов на вопрос кто я?» | 2 |
| 25-26 | Развитие способностей к самопознанию, формирование понятий чувства, возможности Упражнения «Комплимент»  «Мой автопортрет» «Описание чувств» (метод незаконченных предложений) | 2 |
|  | *"Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?* |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 27-28 | Развитие навыков эмпатии. Актуализация знаний об эмоциональной сфере. Упражнения «Здравствуй друг»  «Сказочные герои», «Зеркало», работа с таблицей «Чувства и эмоции». | 2 |
| 29-30 | Развитие навыков эмпатии. Упражнения «Корзина дружеских качеств» «Кривляка» «Фотограф и модель». Этюды «Встреча друзей» «Обиженный ребенок» «Ура Каникулы» «Шпион». | 2 |
|  | *"Я и Ты. Чем мы похожи".* |  |
| 31-32 | Занятие развитие навыков самоанализа и наблюдательности. Работа с таблицей «Я и мой друг... Что общего и чем мы отличаемся». Упражнения: «Отгадай эмоцию» «Зеркало»  «Иностранец и переводчик» | 2 |
|  | *"Кто твой настоящий друг"* |  |
| 33-34 | Развитие умения ценить и уважать друзей. Находить положительные стороны личности в окружающих.  Упражнения «Приятные слова», обсуждение положительных и отрицательных качеств героев рассказа «Друзья» сочинение-объявление «Ищу друга» | 2 |
|  | *" Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции* |  |
| 35-36 | "Я учусь владеть собой". Обучение навыкам саморегуляции Дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию  «Крюки Денисона» «Пластилин», «Скульптура уверенного человека» техника «Храм тишины» | 2 |
| 37-38 | Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжение и расслаблением: «Жарко  - холодно», «Мячик», «Запретное движение» «Сад моей мечты» | 2 |
|  | *"Поведение и культура* |  |
| 39-40 | Развитие навыков культурного поведения. Моделирование ситуаций. Учимся вежливо говорить (умение начать, поддержать и вести разговор. Упражнения «Репортер»  «Интервью со взрослым» «Пойми меня». Моделирование ситуаций общения разговора по телефону, правила общения по телефону. Игра «Телефон» моделирование ситуаций общения с незнакомым человеком «Как пройти в библиотеку»  «Говорим жестами» | 2 |
| 41-42 | Развитие навыков культурного поведения Упражнение на развитие навыков письменного общения: «Я вам пишу»,  «Письмо другу». Правила хорошего тона. Моделирование ситуаций. «За столом», «Я иду в гости», «Я принимаю гостей»  «В театре» | 2 |
|  | **Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений** | **22** |
|  | *Освоение приёмов активного общения "Я и другие"* |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 43-44 | Осознание самого себя через игру «Что такое Я» -  формирование целостного образа я. Определение своего внутреннего мира через игру «Свет мой зеркальце, скажи!». Как мы выглядим в глазах других людей. Нравится нам этот образ? Что хотели бы в нем изменить. Используем методику  «Мой автопортрет».  Формируем умение определить личностные черты других людей. | 2 |
| 45-46 | Упражнение на передачу внутренних черт характера через выразительные позы («Часовой», «Так будет справедливо»,  «Ябеда», «Кривляка», «Честность», «Доброта»). | 2 |
|  | *Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"* |  |
| 47-48 | Учимся видеть характер и понимать других людей через игру  «разгадай характер» с использованием фотографии друзей, людей других рас, животных. Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений  распознавать эмоциональное состояние по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»).  Упражнения на распознавание выразительности жеста.  Развитие коммуникативных навыков посредством  упражнений: «Абориген» (по принципу игры испорченный телефон), «Приглашение и отказ» «Путаница». Игры на  развитие умения выражать интерес, внимание,  сосредоточенность («Что там происходит?», «Кузнечик»,  «Раздумье») | 2 |
|  | *Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю"* |  |
| 49-50 | Формирование навыков активного слушания упражнение «10 признаков того, что вас внимательно слушают».  Формирование умения в беседе использовать Я- высказывания. Упражнение «Интервью» | 2 |
|  | *Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"* |  |
| 51-52 | Развитие умений высказывать свое мнение. Упражнение  «Корреспондент», «Зеркало» «Переманивание» Развитие умения аргументировать свою точку зрения. Упражнение  «Защита» Упражнение «Неоконченные предложения». Игра  «Таможня» | 2 |
|  | *Устранение барьеров общения "Я + Ты"* |  |
| 53-54 | Что такое барьеры общения. Работа с таблицей барьеры общения. Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения. «Все, Некоторые, только я», «Круг уверенности», «Зеркало», Работа с таблицей «Какой я в общении». Упражнения, направленные на преодоление  барьеров общения «Скульптор-глина» «Слепец и поводырь» | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | *"Стили общения"* |  |
| 55-56 | Представление о стилях общения, Заполнение таблицы разные стили общения. Разыгрывание этюдов беседы «С другом»  «Школьное сообщение» «беседа на торжественном приеме» | 2 |
|  | *Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешественники»* |  |
| 57-58 | Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре". | 2 |
|  | *"Конфликты и способы их разрешения". Отработка навыков неконфликтного поведения.* |  |
| 59-60 | Что такое конфликт. Какие бывают конфликты. Отработка навыков неконфликтного поведения упражнения «Восковая палочка», «Коллективная сказка» «Рисуем молча» | 2 |
| 61-62 | Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений распознавать эмоциональное состояние других людей по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»). | 2 |
| 63-64 | Упражнение, направленные на отработку навыков неконфликтного поведения. «Доброе слово» «Я тебя понимаю» Как укреплять свою коммуникабельность (выработка правил.) | 2 |
|  | **Повторное тестирование** | **4** |
| 65-66 | Исследование мышления (Тест «4 лишний»)  Тест «Разрезные картинки» (исследование восприятия) Тест «Запомни картинки» (исследование памяти)  Тест «Корректурная проба» | 2 |
| 67-68  **Итого:68** | Тест «Последовательность событий» (исследование восприятия)  Исследование памяти (тест «10 слов») | 2 |

**8-9класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Тема урока** | **Кол-во часов**  **Дата** |
|  | **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия** | **4** |
| 1-2 | Методика: «Рисунок человека" (Когнитивные проблемы, эмоциональные особенности, сфера общения, сфера социальных отношений, сексуальная сфера, признаки возможных психических патологий) | 2 |
| 3-4 | Дифференциально-диагностический опросник Климова | 2 |
|  | **Коррекция и развитие социальных и коммуникативных** | **28** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **умений** |  |
|  | *Структура общения и его виды* |  |
| 5-6 | Мини лекция «Понятие «общение» значение и структура общения. Упражнения: «Знакомство иностранцев»  «интервью в парах», «Поиск общего». Заполнение таблицы  «общение его виды и структура», упражнение «пожелание» | 2 |
| 7-8 | Мини лекция «Восприятие людьми друг друга. Особенности восприятия. Ошибки восприятия.» Заполнение таблицы  «Окно иогари» Упражнения, направленные на тренировку правильности восприятия собеседника «Ассоциации»  «Любопытный». «Подарок» | 2 |
|  | *Вербальное и невербальное общение.* |  |
| 9-10 | Мини лекция «Речевые и неречевые средства общения. Язык жестов. Открытые и закрытые жесты». Упражнения  «Зеркало» «Самонаблюдение» «Разговор без слов» | 2 |
| 11-12 | Мини лекция «Зоны общения, их характеристики» упражнения «Пожелания здоровья» «Иностранец и переводчик» «Пойми меня» «Самонаблюдение» | 2 |
|  | *Освоение приёмов активного общения "Я и другие"* |  |
| 13-14 | Осознание самого себя через игру «Что такое Я» -  формирование целостного образа я. Определение своего внутреннего мира через игру «Свет мой зеркальце, скажи!» Как мы выглядим в глазах других людей. Нравится нам этот образ? Что хотели бы в нем изменить. Используем методику  «Мой автопортрет» (можно в коллажной технике). | 2 |
| 15-16 | Формируем умение определить личностные черты других людей. Упражнение на передачу внутренних черт характера через выразительные позы («Часовой», «Так будет  справедливо», «Ябеда», «Кривляка», «Честность»,  «Доброта»). Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений распознавать эмоциональное состояние по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»). Упражнения на распознавание выразительности жеста. | 2 |
|  | *Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"* |  |
| 17-18 | Учимся видеть характер и понимать других людей через игру  «разгадай характер» с использованием фотографии друзей, людей других рас, животных. Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений  распознавать эмоциональное состояние по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»).  Упражнения на распознавание выразительности жеста.  Развитие коммуникативных навыков посредством  упражнений: «Абориген» (по принципу игры испорченный телефон), «Приглашение и отказ» «Путаница». Игры на  развитие умения выражать интерес, внимание,  сосредоточенность («Что там происходит?», «Кузнечик»,  «Раздумье») | 2 |
|  | *Устранение барьеров общения "Я + Ты"* |  |
| 19-20 | Что такое барьеры общения. Работа с таблицей барьеры общения. Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения. «Все, Некоторые, только я», «Круг уверенности», «Зеркало», Работа с таблицей «Какой я в общении». Упражнения, направленные на преодоление  барьеров общения «Скульптор-глина» «Слепец и поводырь» | 2 |
|  | *"Стили общения"* |  |
| 21-22 | Представление о стилях общения, Заполнение таблицы разные стили общения. Разыгрывание этюдов беседы «С другом» «Школьное сообщение» «беседа на торжественном приеме» | 2 |
|  | *Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешественники»* |  |
| 23-24 | Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре". | 2 |
|  | *Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"* |  |
| 25-26 | Развитие умений высказывать свое мнение. Упражнение  «Корреспондент», «Зеркало» «Переманивание» Развитие умения аргументировать свою точку зрения. Упражнение  «Защита» Упражнение «Неоконченные предложения». Игра  «Таможня» | 2 |
| 27-28 | Развитие навыков общения, умения убеждать. Мини лекция  «умение вести разговор - талант» упражнения «Общение - это » «Гость» (карточная игра), «Я хочу, я могу, я буду», | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | тест «Общительный ли ты человек». |  |
|  | *Конфликты в общении и пути их разрешения.* |  |
| 29-30 | Развитие навыков разрешения конфликтов и саморегуляции Мини лекция «Конфликт и его динамика»**.** Работа с  таблицей «Стратегии выхода из конфликтной ситуации». Упражнения «Доброе слово», «Мешочек гнева», «Шарик» | 2 |
| 31-32 | Формирование навыка конструктивного разрешения конфликта. Мини лекция «Какими бывают конфликты и как их разрешить». Работа с таблицей «Ступени разрешения конфликта» упражнения «Два барашка» «Встань на мое место», «Здравствуй друг». Разыгрывание этюдов «Ссора друзей», «Разговор с родителями». | 2 |
|  | **Коррекция эмоционально- личностной сферы и**  **поведения "Познавая себя и других"** | **20** |
|  | *"Я - это я! Знаю ли я себя»* |  |
| 33-34 | Формирование и развитие способностей к самопознанию, осознание своей личной уникальности. Упражнения  «Листок», «Профиль» «10 ответов на вопрос кто я?» | 2 |
| 35-36 | Развитие способностей к самопознанию, формирование понятий чувства, возможности Упражнения «Комплимент»  «Мой автопортрет» «Описание чувств» (метод незаконченных предложений) | 2 |
|  | *"Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?* |  |
| 37-38 | Развитие навыков эмпатии. Актуализация знаний об эмоциональной сфере. Упражнения «Здравствуй друг» «Сказочные герои», «Зеркало», работа с таблицей «Чувства и эмоции». | 2 |
| 39-40 | Развитие навыков эмпатии. Упражнения «Корзина дружеских качеств» «Кривляка» «Фотограф и модель». Этюды «Встреча друзей» «Обиженный ребенок» «Ура Каникулы» «Шпион». | 2 |
|  | *"Я и Ты. Чем мы похожи".* |  |
| 41-42 | Занятие развитие навыков самоанализа и наблюдательности. Работа с таблицей «Я и мой друг... Что общего и чем мы отличаемся». Упражнения: «Отгадай эмоцию» «Зеркало» | 2 |
|  | *"Кто твой настоящий друг"* |  |
| 43-44 | Развитие умения ценить и уважать друзей. Находить положительные стороны личности в окружающих. Упражнения «Приятные слова», обсуждение положительных и отрицательных качеств героев рассказа «Друзья» сочинение-объявление «Ищу друга» | 2 |
|  | *" Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции* |  |
| 45-46 | "Я учусь владеть собой". Обучение навыкам саморегуляции Дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию «Крюки Денисона» «Пластилин», «Скульптура уверенного человека» техника «Храм тишины» | 2 |
| 47-48 | Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжение и расслаблением: «Жарко- холодно», «Мячик», «Запретное движение» «Сад моей мечты» | 2 |
|  | *"Поведение и культура»* |  |
| 49-50 | Развитие навыков культурного поведения. Моделирование ситуаций. Учимся вежливо говорить (умение начать, поддержать и вести разговор. Упражнения «Репортер» | 2 |
| 51-52 | «Интервью со взрослым» «Пойми меня». Моделирование ситуаций общения разговора по телефону, правила общения по телефону. Игра «Телефон» моделирование ситуаций общения с незнакомым человеком «Как пройти в библиотеку» «Говорим жестами» | 2 |
|  | **Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение»** | **20** |
|  | *Волшебный мир профессий. Классификация профессий.* |  |
| 53-54 | Развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Мини лекция «Профессии и их  классификации» техника «Знакомство» заполнение таблицы  «Классификация профессий по Климову». Упражнения  «Покажи профессию», «Разделение по признаку» | 2 |
| 55-56 | Развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию Мини лекция «Профессиональное и жизненное самоопределение. Что это такое». Составление Информационной карты оценки мира профессий.  Упражнения «Интервью» «Я буду как ...», «Оценка профессии» «Угадай профессию по описанию» | 2 |
|  | *Ошибки в выборе профессий* |  |
| 57-58 | Актуализация знаний о профессиональном самоопределении. Мини лекция «Ошибки в выборе профессий». Работа с «Картой ошибок при выборе  профессий», техника «Плюс, минус. Интересно. Упражнение  «Ассоциации», «Я знаю», «Выбери меня» | 2 |
| 59-60 | Актуализация знаний о профессиональном  самоопределении. Выработка алгоритма принятия решения о профессиональном самоопределении» техники: «Плюс, минус. Интересно», упражнения «Организатор»,  «Поддержка» «Скажи нет!» | 2 |
|  | *Мои профессиональные интересы и склонности. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии.* |  |
| 61-62 | Развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Мини лекция «Личностные особенности выбор профессии» Анкета «Готовность к выбору профессии» Упражнения «Мой характер» «Я -Это я», игра  «Шестое чувство» | 2 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 63-64 | Актуализация знаний о профессиональном самоопределении повышение интереса к самопознанию. Техника «Мои способности» «Самоописание» | 2 |
| 65-66 | Развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. Мини лекция «Медицинские противопоказания при выборе профессии». Техника  «Оценка видов деятельности» «Мои возможности», упражнения «Снежный ком» «Попугай» «Путаница». | 2 |
|  | *Пути получении профессии* |  |
| 67-68 | Актуализация знаний о способах и путях получения профессии. Интернет- путешествие. «Где я могу получить профессию» | 2 |
|  | *Портрет подходящей профессии* |  |
| 69-70 | Формирование и развитие навыков самопознания. Мини лекция «Роль жизненных ценностей при выборе  профессии». Работа с таблицей «Мои жизненные ценности», Игра «Отдел кадров» проективный рисунок «Я через 10 лет» | 2 |
| 71-72 | Обобщение знаний о профессиональном самоопределении. Упражнения «Незаконченные предложения», Составление карты Самоописание. «Я сейчас, я в будущем» Проективный рисунок «каким я себя представляю в своей профессии» | 2 |
|  | **Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"** | **10** |
|  | *"Коррекция и развитие внимания и его* *свойства. Развитие произвольности психических процессов".* |  |
| 73-74 | Упражнение «Пишущая машинка». Упражнение «Отыщи числа». | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие мышления и мыслительных*  *операций. Развитие внутреннего плана действий"* |  |
| 75-76 | Упражнение «Совмести фигуры» | 2 |
| 77-78 | Упражнение «Подбери общее понятие» | 2 |
|  | *"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам*  *запоминания".* |  |
| 79-80 | Развитие слуховой памяти игра «Какое слово повторяется?», «10 слов». Развитие зрительной памяти «Запомни пары картинок». Игра «Что изменилось?», «Мой путь от дома до школы». «Запомни и нарисуй» | 2 |
| 81-82 | Развитие зрительной памяти «Запомни картинки». Игра  «Пиктограмма». Развитие слуховой памяти «Пары слов». «10 цифр» Игра «Запрещенное движение». Работа с текстом  «Зимняя сказка». Игра «Снежным ком», «слова заблудились». | 2 |
|  | **Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой»** | **16** |
|  | *Что такое стресс. Способы помощи в стрессовых ситуациях* |  |
| 83-84 | Развитие навыков борьбы со стрессом. Мозговой штурм  «Что такое стресс?» Работа с картой «Стрессовые ситуации», упражнение «4 облака», «Маятник». Проективный рисунок «Я борюсь со стрессом». | 2 |
| 85-86 | Развитие навыков борьбы со стрессом разработка памятки  «Способы борьбы со стрессом» Упражнение «Мне нужна помощь», «Стеклянный колпак», «Маятник», «Глубокое дыхание». | 2 |
|  | *Отработка навыков саморегуляции и самоконтроля кинезиологическими методами.* |  |
| 87-88 | Развитие навыка самоконтроля и релаксации. Мини лекция  «Что такое кинезиология. Как она поможет в овладении навыков самоконтроля и саморегуляции». Упражнения  «Дерево», «Луч солнца», «Водопад» «Орущие коты» | 2 |
| 89-90 | Развитие навыка самоконтроля и релаксации. Навыки аутотренинга «Храм тишины» «Мешочек гнева»  Упражнение «Энергетическая зевота» «Стакан воды»  «Кнопки мозга», «Крюки Денисона» | 2 |
|  | *Как подготовиться к итоговой контрольной работе или* |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | *экзамену.* |  |
| 91-92 | Советы по подготовке к итоговой контрольной работе или экзамену. Упражнения «Ассоциации» Памятка «Как заучивать материал, как справиться *с волнением». Игра- тренинг «Тяните билет» (погружение в ситуацию сдачи экзамена)* | 2 |
|  | *Отработка навыков неконфликтного поведения.* |  |
| 93-94 | Развитие навыка бесконфликтного общения. Мини лекция  «Что такое конфликт. Какие бывают конфликты». Отработка навыков неконфликтного поведения упражнения «Восковая палочка», «Коллективная сказка» «Рисуем молча» | 2 |
| 95-96 | Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений распознавать эмоциональное состояние других людей по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»). Упражнение, направленные на отработку навыков неконфликтного поведения. «Доброе слово» «Я тебя понимаю» Как  укреплять свою коммуникабельность (выработка правил.) | 2 |
|  | *Обобщающее занятие. «Карта моей будущей жизни»* |  |
| 97-98 | Обобщение полученных знаний, развитие представлений о будущем. Проективная методика «Карта моей будущей жизни» (создание коллажа). | 2 |
|  | **Итоговое тестирование** | **4** |
| 99-100 | Методика: «Рисунок человека» (Когнитивные проблемы, эмоциональные особенности, сфера общения, сфера социальных отношений, сексуальная сфера, признаки возможных психических патологий) | 2 |
| 101-102  **Итого:**  **102 часа** | Дифференциально-диагностический опросник Климова | 2 |

**Учебно-методическое обеспечение программы**

1.Карточки, сюжетные картины, иллюстрации, тексты художественной литературы, фотографии.

2.Манипуляторные предметы (дидактический и раздаточный материал).

3.Методическая литература (рабочие тетради, сборники коррекционных упражнений, тесты.

4.Компьютер

<https://interpass.ru/>

<https://learningapps.org/>

Интерактивные упражнения

<https://learningapps.org/index.php?overview&s=&category=0&tool>