

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЗАВЬЯЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №1 ЗАВЬЯЛОВСКОГО РАЙОНА»

«Принято» на заседании педагогического совета Протокол № 1 От «28» 08 2020г.	«Согласовано» заместитель директора по УВР <u>Л.Н. Зимакина</u> «27» 08 2020 г.	«Утверждено» Директор <u>В. Д. Ремпель</u> приказ № 59/Б от «31» 08 2020 г.
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающих занятий
«Развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы»
для обучающихся 5-8 классов
с ограниченными возможностями здоровья»
(на 2020-2025 уч.гг)

Составитель: Коломоец Алла Борисовна,
педагог-психолог
высшей квалификационной категории

Пояснительная записка

Подростковый возраст – это пора важных изменений в личности ребенка, при нормальном онтогенезе этот период протекает проблематично во всех отношениях, при дизонтогенезе, у детей с ОВЗ, возможны более серьезные нарушения, отклонения.

У подростков с ОВЗ отмечается: недостаточная познавательная активность, которая в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью, может серьезно тормозить их обучение и развитие. Наиболее нарушенной оказывается эмоционально-личностная сфера; частые переходы от состояния активности к полной или частичной пассивности, что связано с их нервно-психическими состояниями. Подростки с ОВЗ могут допускать срывы в своём поведении. Эмоциональная поверхностность приводит к конфликтным ситуациям, в разрешении которых недостает самоконтроля и самоанализа. Также таких подростков отличает завышенная самооценка, при низком уровне тревожности, неадекватный уровень притязаний - слабость реакции на неуспехи, преувеличение удачности, такие подростки характеризуются моральной незрелостью, отсутствием чувства долга, ответственности, неспособности тормозить свои желания, подчиняться школьной дисциплине и повышенной внушаемостью и неправильным формам поведения окружающих.

Программа коррекционной работы разработана в соответствии с требованиями Федерального Государственного Стандарта общего образования детей с ОВЗ. Программа направлена на обеспечение коррекции нарушений в развитии эмоционально-личностной и познавательной сфер подростков с ограниченными возможностями здоровья и оказание помощи детям этой категории; формирование психологического базиса для полноценного развития личности ребенка, создание зоны ближайшего развития для преодоления недостатков интеллектуальной деятельности, повышение уровня общего развития обучающихся, формирование способности к произвольной регуляции поведения, на основе подчинения системе правил, регулирующих эмоциональные проявления в межличностных отношениях, потребности в общении, развития эмпатии и адекватных навыков сотрудничества с окружающими. Данная программа предназначена для психологической работы с детьми подросткового возраста с особыми образовательными потребностями в возрасте 11-16 лет.

Коррекция имеющихся у подростков недостатков развития проводится в малой группе, которая формируется из числа учащихся коррекционного класса. Учащиеся делятся на подгруппы в зависимости от сложности дефектов. В классе могут быть несколько учеников, требующих индивидуальной коррекции. С ними проводятся индивидуальные занятия.

Данная программа помогает наладить адекватные межличностные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства, скорректировать поведение. Программа состоит из двух блоков: эмоционально-личностного и познавательного. В процессе занятий по программе у детей расширяются кругозор, навыки и умения мыслительной деятельности, коммуникативные умения. Также в процессе занятий у учащихся формируются знания об эмоциональном мире человека и способах управления им. Они развивают коммуникативные навыки, учатся замечать и принимать индивидуальные особенности других людей, учатся высказывать свое мнение, выслушивать мнение другого человека, осваивают навыки позитивного общения в группе, у них формируется внимательное и доброжелательное отношение друг к другу. Коррекционно-развивающая программа для учащихся 5 класса построена на основе программы «Уроки психологического развития в

средней школе (5-6 классы)» Локаловой Н.П. Предлагаемые занятия способствуют развитию мышления и познавательной активности, творческих и коммуникативных способностей учащихся, повышают мотивацию достижения успеха, дети получают навыки групповой работы. Программа для 6 – 9 класса состоит из двух блоков: 1 блок - развитие эмоциональной сферы на основе программы «Жизненные навыки».С.В.Кривцовой.;2 блок- развитие познавательной сферы с опорой на методические системы Л.В. Мищенко и О.А.Холодовой .

Цель программы: осознание и развитие индивидуальных особенностей подростков: развитие памяти, мышления, восприятия, внимания, содействие процессу эмоционально-личностного развития, улучшение субъективного самочувствия, укрепление психического здоровья, формирование навыков самоопределения, саморегуляции для успешной социализации личности.

Задачи программы:

- развитие словесно-логического мышления и связной речи;
- развитие внимания;
- развитие памяти;
- формирование волевой регуляции познавательных психических процессов и поведения;
- коррекция самовосприятия и восприятия других людей;
- формирование навыков коммуникации;
- снижение уровня агрессии и тревожности.

Приёмы и формы работы:

Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы:

- ритуал приветствия,
- разминку,
- основное содержание,
- рефлексия по поводу данного занятия, - ритуал прощания.

Принципы реализации программы:

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, уровня общего состояния ребёнка.
2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.
3. Принцип наглядности – демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

Планируемые результаты работы:

Развитие познавательных процессов, повышение уровня волевой регуляции познавательных процессов и поведения, самоконтроля, улучшение навыков общения, формирование адекватной самооценки и оценки окружающих, улучшение психоэмоционального статуса учащихся.

Календарно-тематическое планирование занятий с учащимися 5-х классов

№	Задачи	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Диагностика уровня умственного развития	Школьный тест умственного развития	1
2	Диагностика личностных особенностей	Тест «Уровень самооценки» Проективные рисуночные методики: «Моя семья», «Дерево».	1
3	Рефлексия собственных личных качеств; развитие внимания (переключение); развитие мышления (анализ и синтез).	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. «Говорящая надпись»; «Называйте и считайте»; «Три слова»; «Составьте слова». 3. Рефлексия занятия.	1
4	Рефлексия чувств; развитие пространственных представлений; развитие мышления (гибкость, анализ и синтез).	1.Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. «Какие мы разные!»; «Представьте куб»;«Замени цифры символами»; «Отгадайте слова». 3. Рефлексия занятия.	1
5	Рефлексия личных качеств; развитие внутреннего плана действия; развитие мышления (абстрагирование, вербальный анализ).	1.Приветствие. Рассказ о целях занятия. 2. Основная часть. «Я узнаю себя»; «Муха»; «Говорим помарсиански»; «Объясните греческие слова». 3. Рефлексия занятия.	1
6	Рефлексия личных качеств; развитие пространственных представлений; развитие мышления (установление закономерностей).	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. 2. Основная часть. « Я – ромашка»; «Необычные ножницы»; «Найди фигуру»; «Забавные омонимы». 3. Рефлексия занятия.	1
7	Рефлексия личных качеств; развитие внимания; развитие мышления (гибкость, установление сходства, противоположности).	1.Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. «Что я могу сказать о себе хорошее»; «Делаем вместе»; «Способы применения предмета»;«Выберите синонимы и антонимы». 3. Рефлексия занятия.	1

8	Развитие пространственных представлений; Развитие вербального мышления; развитие умения дифференцировать чувства.	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. 2. Основная часть. «Слово в зеркале»; «Подберите синонимы и антонимы»; «Отгадайте чувство». 3. Рефлексия занятия.	1
9	Рефлексия собственных чувств; развитие мышления (установление закономерностей, сходства, различия).	1.Приветствие. Вводная часть. 2. Основная часть. «Что я чувствую?»;«Найдите фигуры»; «Одинаковые? Противоположные? Разные» 3. Рефлексия занятия.	1
10	Развитие пространственных представлений; развитие вербального мышления; умения различать эмоциональные состояния.	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. «Ошибки в изображениях»; «Существенные и несущественные признаки»; «Такие разные лица». 3. Рефлексия занятия.	1
11	Различать виды вербальных реакций; развитие внимания (устойчивость); развитие мышления (гибкость; вербальное мышление.)	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Вводная часть. 2. Основная часть. «Какие слова легче?»; «Стенографы»; «Замени символы цифрами»; «Объясните поговорки». 3. Рефлексия занятия.	1
12	Развитие мышления (установление закономерностей); развитие вербального мышления;развитиеумения различать виды поведения.	1.Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. «Найдите фигуры»; «Понимание пословиц»; «Какое бывает поведение?» 3. Рефлексия занятия.	1
13	Развитие пространственных представлений; развитие вербального мышления; познание своего поведения.	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. 2. Основная часть. «Вид комнаты сверху»; «Понимание пословиц»; «Я узнаю себя». 3. Рефлексия занятия.	1
14	Развитие умения различать виды поведения; развитие вербального мышления;установление закономерностей.	1.Приветствие. Рассказ о целях занятия. 2. Основная часть. «Найди пирамиду»; «Найдите фигуры ; «Вырази разными словами»; «Кто это?» 3. Рефлексия занятия.	1

15	Развитие внимания, вербального мышления; развитие умения различать разные формы поведения.	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказа о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. «Делаем вместе»; «Какое это понятие?»; «Как попросить и отказать». 3. Рефлексия занятия.	1
16	Развитие пространственных представлений; развитие логического мышления; развитие умения различать разные формы поведения.	1.Приветствие.Вводная часть. 2. Основная часть. «Найди лишнюю фигуру»; «Сравниваем понятия»; «Вылепим фигуру». 3. Рефлексия занятия.	1
17	Развитие внутреннего плана действия; развитие логического мышления; развитие эмоциональной сферы.	1.Приветствие.Вводная часть. 2. Основная часть. «Муха»; «Сравниваем понятия»; «Как преодолеть плохое настроение?» 3. Рефлексия занятия.	1
18	Развитие мышления (установление закономерностей); логического мышления; развитие умения различать виды поведения.	1.Приветствие. Вводная часть. 2. Основная часть. «Найди фигуры»; «Сравниваем понятия 1» (отношения часть – целое и целое – его часть); «Сравниваем понятия 2» (обобщение и конкретизация); «Какое бывает поведение?» 3. Рефлексия занятия.	1
19	Развитие внимания, пространственных представлений; логического мышления; развитие умения различать виды поведения.	1. Приветствие. Рассказ о целях занятия. 2. Основная часть. «Стенографы»; «Дополните до куба»; «Сравниваем понятия»; « Кто это?» 3. Рефлексия занятия.	1
20	Развитие воображения; логического мышления; рефлексия собственных личных качеств.	1. Приветствие. Вводная часть 2.Основная часть. «Придумайте предметы»; «Разделите понятия»; «Говорящая надпись». 3.Рефлексия занятия.	1
21	Развитие пространственных представлений, логического мышления; развитие умения различать разные формы поведения.	1. Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2.Основная часть: « Перекресток»; «Деление понятий»; «Вылепите фигуру». 3. Рефлексия занятия.	1

22	Развитие воображения; логических форм вербального мышления; рефлексия личных качеств.	1.Приветствие. Вводная часть. 2. Основная часть: «Рисуем в уме»; «Определите вид суждения»; «Что я могу сказать о себе хорошего?» 3. Рефлексия занятия.	1
23	Развитие пространственных представлений, логических форм вербального мышления; развитие перцептивноэмоциональной сферы.	1. Приветствие. Вводная часть. 2. Основная часть: «Переворот фигур»; «Найди фигуры»; «Измени форму, не меняя содержания»; «Угадай выражение лица». 3. Рефлексия занятия.	1

24	Развитие логических форм вербального мышления; развитие перцептивноэмоциональной сферы.	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Вводная часть. 2.Основная часть: «Замените цифру буквами»; «Измените форму, не меняя содержания»; «Угадайте выражение лица». 3. Рефлексия занятия.	1
25	Развитие перцептивноэмоциональной сферы; развитие пространственных представлений; логических форм вербального мышления.	1. Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2.Основная часть: «Учимся различать эмоции»; «Переворот фигур»; «Измени форму, не меняя содержание». 3.Рефлексия занятия.	1
26	Развитие воображения; перцептивноэмоциональной сферы; развитие логических форм вербального мышления.	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. 2.Основная часть: «Соедините точки»; «Учимся различать эмоции»; «Измени форму, не меняя содержания». 3. Рефлексия занятия.	1
27	Развитие внимания; логических форм вербального мышления; тренинг поведения в конфликтных ситуациях.	1. Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2.Основная часть: «Называй и считай»; «Учимся рассуждать»; «А что сказал бы ты?» 3.Рефлексия занятия.	1
28	Развитие мышления (установление закономерностей); тренинг поведения в конфликтной ситуации.	1.Приветствие. Рассказ о целях и задачах занятия. 2.Основная часть: «Найди фигуру»; «Учимся рассуждать»; «А что сказал бы ты?» 3. Рефлексия занятия.	1

29	Развитие пространственных представлений, логических форм вербального мышления; тренинг поведения в конфликтной ситуации.	1. Приветствие. Вводная беседа. 2. Основная часть: «Переворот фигур»; «Учимся рассуждать»; «А что сказал бы ты?» 3. Рефлексия занятия.	1
30	Развитие рефлексия собственных личных качеств; развитие мышления (гибкость); развитие логических форм вербального мышления.	1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ о целях и задачах занятия. 2. Основная часть: «Я – ромашка»; «Замените буквы цифрами»; «Учимся рассуждать». 3. Рефлексия занятия.	1
31	Развитие мышления; развитие логических форм вербального мышления; рефлексия личностных качеств.	1. Приветствие. Вводная беседа. 2. Основная часть: «Найдите фигуры»; «Учимся рассуждать»; «что я могу сказать о себе хорошее?» 3. Рефлексия занятия.	1
31	Развитие пространственных представлений; логических форм вербального мышления; рефлексия собственных личных качеств.	1. Приветствие .Вводная беседа. 2. Основная часть: «Развертка с буквами»; «Учимся рассуждать»; «Говорящая надпись». 3. Рефлексия занятия.	1
32	Диагностика: - исследование уровня умственного развития	Школьный тест умственного развития;	1
33	Диагностика личностных особенностей	Тест «Уровень самооценки» Проективные рисуночные методики «Моя семья», «Дерево».	1

Календарно-тематическое планирование занятий с учащимися 6-х классов

№	Задачи	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Диагностика уровня познавательного развития	Проведение диагностики с применением комплекса методик	1

2	Диагностика личностных особенностей	Тест «Шкала самооценка», методика Казанцевой «Отношение к учёбе» Проективные рисуночные методики: «Рисунок человека», «Дерево».	1
3	Расширение представлений о себе, сходстве и различиях между собой и другими	Психологические упражнения и игры: «Я люблю», «Похоже на меня...», «Я- образ», «А ещё я...», «Совместный круг», «Я приглашаю на роль...», заключительное обсуждение.	1
4	Расширение опыта распознавания эмоций и чувств, осознание их важности	Вступительная беседа Упражнения и игры: «Определи чувство», «Изображаем чувства», «Где живут чувства», Рисунок «Мир моих чувств»	1

5	Развитие умения распознавать чувства, описание своих чувств	Психологические упражнения и игры: «Зеркало чувств», «как рассказать о чувствах», Ролевая игра «Явысказывания», групповое обсуждение	1
6	Развитие умения уважительно относиться к границам «личного пространства»	Психологические упражнения и игры: «Определение личного пространства», «Создание пространства », заключительное обсуждение	1
7	Развитие представления о своем внутреннем мире, самопрезентация	Психологические упражнения и игры: «Я и мой мир», «Создание коллажа», заключительное обсуждение	1
8	Развитие навыков группового взаимодействия	Вступительная беседа. Упражнения и игры: «Общение по кругу» «Не ошибись» , «Поменяйтесь местами те, кто...», «Испорченный телефон»,	1

		обсуждение	
9	Создание доверительной атмосферы в группе, развитие эмпатии	Психологические упражнения и игры: «Связанные одной нитью...», «Да» или «нет», «Встреча», «Слепой и поводырь»	1
10	Развитие навыков невербального взаимодействия	Психологические упражнения и игры: «Испорченный телефон», «Передача сообщения», «Таможня», обсуждение	1
11	Развитие у учащихся способности эффективно взаимодействовать	Вступительная беседа. Психологические упражнения и игры: «Карандаш», «Не уронить», «Не разорви цепочку», заключительное обсуждение	1

12	Развитие навыков взаимопомощи, эффективного взаимодействия	Психологические упражнения и игры: «Наклейка», «Точка опоры», «Переправа», «Вверх тормашками»	1
13	Развивать социально-коммуникативные способности	Вступительная беседа Психологические упражнения и игры: «Да, нет и может быть», «Разговор в разных позициях», «Мое место»	1
14	Развитие навыков конструктивного отстаивания своей позиции	Психологические упражнения и игры: «Границы», «Нет», Ролевое разыгрывание «Стили поведения», обсуждение.	1

15	Развитие умения конструктивно вести себя в конфликтной ситуации	Психологические упражнения и игры: «Тень», «Признак-качество», работа со сказкой «Мир без конфликтов», обсуждение.	1
16	Развитие эффективного взаимодействия, бесконфликтного общения	Психологические упражнения и игры: «Оператор и робот», «Атомымолекулы», «Истории с двумя концами», обсуждение.	1
17	Развитие взаимопонимания, навыков сотрудничества.	Психологические упражнения и игры: «Вспомним старое», «Поспорим», «Рисунок общей рукой», «Придумай свой способ»	1
18	Развитие самосознания, понимания уникальности себя и других	Психологические упражнения и игры: «У меня тоже», «Домино», «Чем я похож на других и чем отличаюсь», обсуждение	1

19	Развитие внимания, мышления, пространственной ориентации, зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Шифровка», «Анаграммы», «Глазфотограф», «Графический диктант»	1
20	Развитие внимания, мышления, воображения	Психологические упражнения и игры: «Прочти пословицу», «Сочини загадку», «Составь фигуру», «Ребусы»	1
21	Развитие внимания, логического мышления,	Психологические упражнения и игры: «Узнай по прилагательным», «Криптограмма», «Найди пропущенные числа», «Рисуем по	1

	воображения, пространственной ориентации	клеточкам», «Найди закономерность»	
22	Развитие внимания, зрительной памяти, мышления, воображения	Психологические упражнения и игры: «Запомни и вставь тройки слов», «Разгадай метаграммы», «Вставь три буквы», «Переставь спички», «Перерисуй по клеточкам»	1
23	Развитие внимания, мышления, быстроты реакции, воображения	Психологические упражнения и игры: «Расшифруй слова», «Найди закономерность», «Это правда, это блеф», «Слова на заданную тему», «Раскрась двумя цветами»	1
24	Развитие внимания, слуховой и зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Ребусы», «Ответь на вопросы», «Найди закономерность», «Запомни тройки слов»	1
25	Развитие внимания, слуховой и зрительной памяти, творческого мышления	Психологические упражнения и игры: «Расшифруй пословицу», «Правда ли», «Будь внимателен», «Найди причину», «Необычное использование»	1

26	Развитие внимания, мышления, воображения, памяти, конструктивных способностей	Психологические упражнения и игры: «По координатам», «По первым буквам», «Узнай предмет», «Вопрос на засыпку», «Танграм»	1
27	Развитие внимания, мышления, ориентации в пространстве	Психологические упражнения и игры: «Расшифруй пословицу», «Графический диктант», «Найди общее», «Сообрази-ка»	1

28	Развитие внимания, слуховой памяти	Психологические упражнения и игры: «Отгадай задуманное», «Будь внимателен», «По первым буквам», «Буквы рассыпались», «Зашифруй слово»	1
29	Развитие внимания, зрительной и слуховой памяти, мышления	Психологические упражнения и игры: «Запомни и воспроизведи», «Глазфотограф», «Стрелка-помошница», «Запомни тройки слов»	1
30	Развитие внимания, мышления, воображения, зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Шифровка», «Запомни и перерисуй», «Кроссворд», «Запомни тройки слов»	1
31	Развитие внимания, логического мышления, воображения, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Шифровка», «Рисуем по клеточкам», «Правда ли...», «Исключи лишнее», «Дополни предложения»	1
32	Развитие внимания, логического мышления, слуховой памяти, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Соедини слова», «Запомни. Повтори», «Перерисуй по клеточкам», «Геометрические фигуры»	1
33	Диагностика познавательной сферы	Комплекс методик	1
34	Диагностика эмоционально-волевой сферы	Подборка методик, беседа	1

Календарно-тематическое планирование занятий с учащимися 7-х классов

№	Задачи	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Ознакомление с целями занятий, создание благоприятной атмосферы в группе, диагностика эмоционально-волевой сферы	Вводная беседа. Психологические упражнения и игры: «Как я провел лето», «Мои желания», «Знакомство», методики «Самооценка», «Дерево», «Отношение к учебе»	1
2	Развитие коммуникативных навыков, навыков налаживания отношений	Психологические упражнения и игры: «Согласен- не согласен», «Качества моего друга», «Вместе», «Сиамские близнецы» Обсуждение	1
3	Развитие навыков активного слушания, развитие умения работать в паре, взаимопонимания	Психологические упражнения и игры: «Когда меня не понимают», «Атомы и молекулы», «Мое окружение», групповое обсуждение.	1
4	Развитие умения выражать собственные чувства, сочувствовать, анализировать ценность отношений	Психологические упражнения и игры: «Когда я обижался на друга», «Стыдно», «Весы», «Получаю- отдаю», групповое обсуждение.	1
5	Анализировать эмоциональный опыт одиночества, нахождение внутренних ресурсов	Психологические упражнения и игры: «Ассоциации», обсуждение отрывка из книги «Оруженосец Кашка», «Круг одиночества», заключительное обсуждение	1
6	Развитие навыков взаимодействия	Психологические упражнения и игры: «Слепой и поводырь», «Свечка», «Свободное падение», «Шляпа с ладошками», групповое обсуждение	1
7	Развитие ответственности, умения понимать свои предпочтения, умения проявлять инициативу	Вступительная беседа. Психологические упражнения и игры: «Визитка», «Ярмарка», «Скульптура», «Список дел», заключительное обсуждение	1
8	Развитие ответственности, умения понимать свои предпочтения	Психологические упражнения и игры: «Дерево», «Я - взрослый», (создание сказки) «Три предмета», «Миры», заключительное обсуждение	1

9	Развитие ответственности, развитие навыков целеполагания	Психологические упражнения и игры: Чтение и обсуждение притчи «Трудно угодить всем», «Я в будущем», «Замена движения», «Ответственность в моей семье»	1
10	Развитие умения принимать решения, работать в микрогруппе	Психологические упражнения и игры: чтение и обсуждение «Как поступит Катя», «Этапы принятия решений», «Проблемные ситуации»	1
11	Формирование способности осознавать свои чувства, обучение конструктивным способам управления эмоциональным состоянием	Психологические упражнения и игры: Упражнение «Полюса чувств», «Словарь чувств», «Ранжирование», «Пользавред», сочинение сказки, обсуждение	1
12	Осознание учащимися значимости различных чувств, развитие умения их выражать и распознавать	Психологические упражнения и игры: «Сходство», «Продолжи фразу», «Подводный мир чувств», «Шарик», «Диаграмма чувств»	1
13	Формирование и развитие навыков саморегуляции, обучение способам безопасной разрядки агрессии	Психологические упражнения и игры: «Поймать в кольцо», «Схема чувств», «Способы выражения чувств», «Лист гнева»	1
14	Снижение эмоционального напряжения, развитие умения понимать причины проблем	Психологические упражнения и игры: «Изобрази чувство», «Распределение чувств», «Анонимные письма», обсуждение	1
15	Развитие умения распознавать свои чувства, справляться со страхами	Вводная беседа. Психологические упражнения и игры: «Копилка страхов», «Термометр страха», чтение и обсуждение притчи «Страшилка наоборот», «Смешной страх»	1
16	Осознание своих индивидуальных особенностей	Вступительная беседа. Психологические упражнения и игры «Если бы я был (а) книгой...», «Анкета»,	

		«Самопрезентация», Банк качеств», «Мои плюсы и минусы»	
17	Развитие самопознания, обобщение и закрепление полученных знаний	Психологические упражнения и игры: «Умный или красивый», «Круг, треугольник, квадрат», «Я горжусь», «Миссис Марпл» подведение итогов	1
18	Развитие внимания, мышления, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Рисуем по клеточкам», «Найди слова, противоположные по смыслу», «Анаграммы», «Дополни предложения», «Что было бы, если...»	1

19	Развитие внимания, логического мышления, воображения	Психологические упражнения и игры: «Правда ли», «А ну-ка отыщи», «Прочти пословицу», «Общие признаки», «Найди причину»	1
20	Развитие внимания, логического мышления, слуховой памяти, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Угадай число», «Кто больше», «Будь внимателен», «Придумай предложение»	1
21	Развитие внимания, зрительной памяти, мышления, пространственного воображения	Психологические упражнения и игры: «Будь внимателен», «По координатам», «Глаз –фотограф», «Криптограмма», «Танграм»	1
22	Развитие внимания, мышления, зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Запомни и воспроизведи», «Образуем пары», «Три слова», «Криптограмма»	1
23	Развитие внимания, слуховой и зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Будь внимателен», «Три слова», «По координатам»	1
24	Развитие внимания, слуховой и смысловой памяти, мышления	Психологические упражнения и игры: «Расшифруй фразу», «Правда ли», «Запоминаем цепочку слов»	1
25	Развитие внимания, мышления, конструкторских способностей	Психологические упражнения и игры: «Найди закономерность», «Игра в 5», «Убери спички», «Танграм», «Дай совет», «Криптограмма»	1
26	Развитие внимания, мышления, ориентации в пространстве	Психологические упражнения и игры: «Соедини начало и конец», «Шифровка», «Рисуем по клеточкам», «Будь внимателен»	1
27	Развитие внимания, слуховой памяти	Психологические упражнения и игры: «Говорящие часы», «Будь внимателен», «В три этапа», «Другими словами», «Конструктор»	1
28	Развитие внимания, зрительной и слуховой памяти, мышления	Психологические упражнения и игры: «Запомни и перерисуй», «Рисуем по клеточкам», «Чем похожи», «Шарады»	1
29	Развитие внимания, мышления, памяти	Психологические упражнения и игры: «С помощью стрелки», «Запомни и повтори», «Расшифруй», «Собери слова в копилку»	1
30	Развитие внимания, логического мышления, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Стрелка-помощница», «Графический диктант», «Два признака-два предмета», «Конструирование слов»	1
31	Развитие внимания, слуховой памяти	Психологические упражнения и игры: «Говорящие часы», «В три этапа», «Будь внимателен», «Другими словами», Конструктор	1

32	Диагностика памяти и внимания	«Корректурная проба», «Запомни и повтори», «10 слов», «Пиктограмма», «Лабильность»	1
33	Диагностика мышления	Психологические упражнения и игры: «Найди закономерность», «Аналогии», «Сравнение понятий»	1
34	Диагностика эмоционально-волевой сферы	методики «Самооценка», «Дерево», «Отношение к учебе»	

Календарно-тематическое планирование занятий с учащимися 8-х классов

№	Задачи	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Диагностика познавательных процессов	Комплекс методик: «Исключение лишнего», «Аналогии», Тест Бурдона и др.	1
2	Ознакомление с целями занятий, формой работы; принятие правил, диагностика эмоционально-волевой сферы	Психологические упражнения и игры: «Газетка», «Я никогда не», «Самое ценное», методика «Самооценка», «Отношение к учебе», «Шкала тревожности»,	1
3	Развитие навыков взаимодействия и взаимопонимания	Психологические упражнения и игры: «Мое настроение», « Не урони», «Активити», Сквозь кольцо», «Горячий стул», групповое обсуждение.	1
4	Развитие навыков взаимодействия, взаимопонимания	Психологические упражнения и игры: «Пойми меня», «Три вопроса», «Удержи шарик», групповое обсуждение.	1
5	Развитие навыков командного взаимодействия, развитие умения проявлять инициативу	Психологические упражнения и игры: мини-лекция, упражнение «Счет до 10», «Движение по одному», обсуждение.	1
6	Развитие умения ориентироваться в меняющейся ситуации, распознавать свои чувства и предпочтения	Психологические упражнения и игры: «Телеграмма», «Кельтское колесо», «Что я уношу с занятия»	1

7	Совершенствование коммуникативных навыков, самопознание	Психологические упражнения и игры: «Правда или выдумка», «Уверенность», «Мои ошибки», обсуждение	1
8	Совершенствование коммуникативных навыков, самопознание, развитие уверенности	Психологические упражнения и игры: «Важное», «Примерь образ», «Мой багаж», «Коллекция тревоги», «Перетягивание газеты», обсуждение	1
9	Самопознание, развитие навыков самопрезентации	Психологические упражнения и игры: Упражнение «Символ моего Я», «Я завидую тебе...», «Понты», обсуждение	1
10	Развитие умения слушать, отстаивать свою точку зрения	Психологические упражнения и игры: «Я горжусь собой, когда...», «Ты справишься – ты неспособен...», «Талисман», заключительное обсуждение	1
11	Формирование позитивного отношения к себе и окружающим, осознание своих предпочтений	Психологические упражнения и игры: «Снежный ком», «Мои кумиры», «Я – кумир», обсуждение	1
12	Развитие умения анализировать свои ресурсные и проблемные зоны	Вводная беседа. Психологические упражнения и игры: «Ассоциация -профориентация», «Что мне помогает, что мешает в выборе», обсуждение	1
13	Осознание учащимися своих сильных сторон, поиск скрытых ресурсов	Психологические упражнения и игры: «Незаконченные предложения», «Воспоминания», «Аплодисменты», обсуждения	1
14	Развитие умения определять качества, необходимые для профессии	Психологические упражнения и игры: «Профессиональный эксперимент», методика «Карта интересов», обсуждение	1
15	Формирование способности планировать свое будущее, определять свои ресурсы	Психологические упражнения и игры: ролевая игра «Экспедиция», «Профессиональные качества», обсуждение	1
16	Помощь в определении в профессиональной сфере, в соотношении желаний и возможностей	Вводная беседа. Психологические упражнения и игры: «Я хочу!», «Копилка умений и навыков», «Таблица ресурсов и границ», обсуждение	1
17	Диагностика мотивов профессиональной деятельности	Методика изучения мотивов профессиональной деятельности Ильиной Т.И., ДДО Е.А. Климова	
18	Обобщение и	Психологические упражнения и игры: «10	

	подведение итогов	желаний», «Хочу и могу», «Моя карьера», подведение итогов	1
2 блок (развитие познавательных способностей)			

19	Развитие внимания, мышления, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Рисуем по клеточкам», «Найди слова, противоположные по смыслу», «Анаграммы», «Дополни предложения», «Что было бы, если...»	1
20	Развитие внимания, логического мышления, воображения	Психологические упражнения и игры: «Правда ли», «А ну-ка отыщи», «Прочти пословицу», «Общие признаки», «Найди причину»	1
21	Развитие внимания, логического мышления, слуховой памяти, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Угадай число», «Кто больше», «Будь внимателен», «Придумай предложение»	1
22	Развитие внимания, зрительной памяти, мышления, пространственного воображения	Психологические упражнения и игры: «Будь внимателен», «По координатам», «Глаз –фотограф», «Криптограмма», «Танграм»	1
23	Развитие внимания, мышления, зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Запомни и воспроизведи», «Образуем пары», «Три слова», «Криптограмма»	1
24	Развитие внимания, слуховой и зрительной памяти	Психологические упражнения и игры: «Будь внимателен», «Три слова», «По координатам»	1
25	Развитие внимания, слуховой и смысловой памяти, мышления	Психологические упражнения и игры: «Расшифруй фразу», «Правда ли», «Запоминаем цепочку слов»	1
26	Развитие внимания, мышления, конструкторских способностей	Психологические упражнения и игры: «Найди закономерность», «Игра в 5», «Убери спички», «Танграм», «Дай совет», «Криптограмма»	1
27	Развитие внимания, мышления, ориентации в пространстве	Психологические упражнения и игры: «Соедини начало и конец», «Шифровка», «Рисуем по клеточкам», «Будь внимателен»	1
28	Развитие внимания, слуховой памяти	Психологические упражнения и игры: «Говорящие часы», «Будь внимателен», «В три этапа», «Другими словами», «Конструктор»	1

29	Развитие внимания, зрительной и слуховой памяти, мышления	Психологические упражнения и игры: «Запомни и перерисуй», «Рисуем по клеточкам», «Чем похожи», «Шарады»	1
30	Развитие внимания, мышления, памяти	Психологические упражнения и игры:» С помощью стрелки», «Запомни и повтори», «Расшифруй», «Собери слова в копилку	1
31	Развитие внимания, логического мышления, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Стрелка-помощница», «Графический диктант», «Два признака-два предмета», «Конструирование слов»	1
32	Развитие внимания, слуховой памяти	Психологические упражнения и игры: «Говорящие часы», «В три этапа», «Будь внимателен», «Другими словами», Конструктор	1
33	Диагностика памяти и внимания	«Корректирующая проба», «Запомни и повтори», «10 слов», «Пиктограмма», «Лабильность»	1
34	Диагностика мышления	Психологические упражнения и игры: «Найди закономерность», «Аналогии», «Сравнение понятий»	1

Календарно-тематическое планирование занятий с учащимися 9-х классов

№	Задачи	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Диагностика познавательной сферы	Комплекс методик	1
2	Ознакомление с целями занятий, формой работы; принятие правил, диагностика эмоционально-волевой сферы	Методики «Самооценка», «Отношение к учебе», «Шкала тревожности» Психологические упражнения и игры: «Мое настроение», «Я передаю тебе мяч», «Сквозь кольцо», «Горячий стул», обсуждение	1
3	Актуализация опыта отношений с другими людьми и представления о свободе выбора, об ответственности за свой выбор	Психологические упражнения и игры: «Мое настроение» Опросник «Ожидания», Задание «Свобода», групповое обсуждение.	1
4	Расширение	Психологические упражнения и игры: «Ладощка»,	

	представлений о себе, своих особенностях	«Выстраиваемся по..», «Нога Гулливера», «Имена», групповое обсуждение.	1
5	Формирование адекватной самооценки, представления о разных социальных ролях	Психологические упражнения и игры: «Облака», «Портрет по памяти», «Угадай-ка роль», «Кто Я», «Покажи пальцем», обсуждение.	1
6	Актуализация представлений о личностных ценностях. Изучение собственных ценностей	Психологические упражнения и игры: «Найди себя», «Цветик-семицветик», «Ценности», «Необитаемый остров»,	1

		сказка «Две принцессы» групповое обсуждение	
7	Формирование навыков эффективного общения (невербального)	Психологические упражнения и игры: «Иголочка», «Тройки», «Таможня», групповое обсуждение	1
8	Формирование навыков эффективного общения (вербального)	Психологические упражнения и игры: «Важное», «Перетягивание газеты», Рассказ», «Разговор», «Моё любимое», обсуждение	1
9	Коммуникативные барьеры. Совершенствование навыков их преодоление	Мини-лекция «Барьеры общения» Психологические упражнения и игры: Ролевая игра «Приятный разговор» Упражнение «Испорченный телефон» «Поговорим», обсуждение	1
10	Конфликты в отношениях. Формирование навыков бесконфликтного общения	Мини лекция «Типы конфликтов» Психологические упражнения и игры: «6 или 9», «Лебедь, рак и щука», «Нужно ли уметь спорить?» заключительное обсуждение	1
11	Познакомить с понятием стресса и формировать позитивное отношение к нему	Притча-метафора, теоретический материал, психологические упражнения и игры: « Стрессовые ситуации из опыта», «Чувствую себя хорошо», Тест «Индикатор стратегий преодоления стресса» Д. Амирхан., обсуждение	1
12	Познакомить со способами преодоления стресса, осознание личных ресурсов. Учить способам оказания психологической поддержки	Вводная беседа. Психологические упражнения и игры: « Просьба», «Скала», «Мозговой штурм», «Ладощка», групповое обсуждение	1
13	Осознание собственной уникальности и	Психологические упражнения и игры: «Я как все...Я не как все...», беседа «Мы все разные»	1

	уникальности другого	«Штampы - стереотипы», «Оцени высказывание», «Созвездие», обсуждение	
14	Формирование способности планировать свое будущее, определять свои ресурсы	Психологические упражнения и игры: ролевая игра «Экспедиция», «Профессиональные качества», обсуждение	1
15	Ознакомление с миром профессий, их видах и типах, возможных ошибках в выборе профессии.	Беседа «Личностные особенности и выбор профессии» - Анкета «Готовность к выбору профессии». -Диагностика особенностей характера (тест Айзенка) и темперамента (методика Т.Лири) -«Карта интересов»	1
16	Обобщение и подведение итогов	Психологические упражнения и игры:	1

		«10 желаний», «Хочу и могу», «Моя карьера», подведение итогов	
2 блок (развитие познавательных способностей)			
17	Знакомство с методами тренировки внимания, эффективного запоминания, тренировки мышления.	Вводная беседа Упражнения на развитие внимания: «Корректирующие таблицы, «Пиши и слушай», «Пишущая машинка», «Графический диктант».	
18	Знакомство с методами эффективного запоминания, развитие зрительной и слуховой памяти.	Вводная беседа Упражнения на развитие различных видов памяти: запоминание 10 слов, зрительных образов, цифр (на слух и зрительно)	1
19	Развитие вербальной памяти и опосредованного запоминания.	Упражнения «Отсроченное воспроизведение», «Нарисуй по памяти», «Запомни и нарисуй», «Пиктограммы»	1
20	Развитие мышления. Знакомство с видами и формами мышления. Развитие операций логического мышления.	Упражнения «Найди лишнее слово», «Угадай предмет по описанию», «Найди общее», «Найди закономерность»	1
21	Развитие умения выделять существенные признаки, операций классификации и абстрагирования.	Упражнение «Угадай животное», «Дополни узор», «Шифр» Дыхательные упражнения, гимнастика для глаз Упражнение «Самое главное»	1
22	Развитие внимания, концентрации и	Упражнение «Перепиши без ошибок», «Корректирующая проба»	1

	сосредоточения.	Гимнастика для глаз, релаксационное упражнение Упражнения «Найди слова», «Найди ошибки»	
23	Развитие умения выделять существенное, развитие навыков опосредованного запоминания.	Упражнения «Опорные сигналы», «Вопрос – ответ», релаксационное упражнение Упражнение «Перепутанный конспект», «Восстанови невидимое»	1
24	Развитие вербальной памяти и навыков опосредованного запоминания.	Упражнения «Пантомима», «Моментальное фото», «Заметки на полях», дыхательное упражнение Упражнения «Образная память», «Эмоциональная память»	1
25	Развитие кратковременной зрительной и слуховой памяти, внимания.	Упражнения «Запомни числа», «Что изменилось», «Что лишнее» «Запиши по памяти», дыхательное упражнение	1
26	Развитие внимания, мышления, конструкторских способностей	Упражнения «Найди закономерность», «Игра в 5», «Убери спички», «Танграм», «Криптограмма», «Красно-черные таблицы»	1
27	Развитие внимания, мышления, ориентации в пространстве	Упражнения и игры: «Соедини начало и конец», «Шифровка», «Матрицы Равена»	1
28	Развитие внимания, слуховой памяти	Упражнения и игры: «Говорящие часы», «Будь внимателен», «В три этапа», «Другими словами», «Конструктор»	1
29	Развитие внимания, зрительной и слуховой памяти, мышления	Психологические упражнения и игры: «Запомни и перерисуй», «Корректирующая проба», «Чем похожи», «Шарады»	1
30	Развитие внимания, мышления, памяти	Психологические упражнения и игры:» С помощью стрелки», «Запомни и повтори», «Расшифруй», «Собери слова в копилку»	1
31	Развитие внимания, логического мышления, пространственной ориентации	Психологические упражнения и игры: «Стрелка-помощница», «Графический диктант», «Два признака-два предмета», «Конструирование слов»	1
32	Развитие внимания, слуховой памяти	Психологические упражнения и игры: «Говорящие часы», «В три этапа», «Будь внимателен», «Другими словами», Конструктор	1
33	Диагностика памяти и	«Корректирующая проба», «10 слов,	

	внимания	«Пиктограмма», «Лабильность»	1
34	Диагностика мышления	Психологические упражнения и игры: «Найди закономерность», «Аналогии», «Сравнение понятий»	1

Учебно-методическое обеспечение:

1. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы). – М.: Издательство « Ось -89», 2001 г.
2. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6 класс) /С. В. Кривцова, Д.В. Рязанова, О.И. Еронова, Е.А. Пояркова; Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: Генезис, 2012
3. Холодова О.А. Юным умникам и умницам: Задания по развитию познавательных способностей. /Методическое пособие, 1-4 класс. Курс «РПС». – М.: Росткнига, 2012.
4. Холодова О.А. Юным умникам и умницам: Задания по развитию познавательных способностей: Рабочие тетради: В 2-х частях. /О.А. Холодова. – М.: Издательство РОСТ, 2012.
5. 36 занятий для будущих отличников: Рабочая тетрадь для 1-4 классов в 2-х частях / Л.В. Мищенко. – М.: Издательство РОСТ, 2013 .