

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки УР
Администрация муниципального образования "Муниципальный округ
Воткинский район Удмуртской Республики" Районное управление
образования
МБОУ Камская ООШ

Входит в состав АООП ООО УО
(вариант 1)
Приказ от 30.08.2024г.
№96-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по коррекционно-развивающему курсу
«Психокоррекционные занятия»
8 класс

Пояснительная записка.

Рабочая программа коррекционно-развивающего курса «Психокоррекционные занятия» в 8 классе разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России № 569 от 18 июля 2022 года «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями)»;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 года №1026;
- Постановление Главного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей »;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ Камская ООШ (вариант 1), утвержденная «30».08.2024г.;

Умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации. Категория обучающихся с умственной отсталостью представляет собой неоднородную группу. В соответствии с международной классификацией умственной отсталости (МКБ-10) выделяют четыре степени умственной отсталости: легкую, умеренную, тяжелую, глубокую. Своеобразие развития детей с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение чтением, письмом и счетом в процессе школьного обучения. Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается уже первая ступень познания ощущения и восприятие. Неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения отдельных учебных предметов это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала, в частности смешении графически сходных букв, цифр, отдельных звуков или слов. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, восприятие умственно отсталых обучающихся оказывается значительно более сохранным, чем процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Названные логические операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между

частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз или целых текстов. В целом мышление ребенка с умственной отсталостью характеризуется конкретностью, некритичностью, ригидностью (плохой переключаемостью с одного вида деятельности на другой). Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Особенности нервной системы школьников с умственной отсталостью проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, которое связано с волевым напряжением, направленным на преодоление трудностей, что выражается в его нестойкости и быстрой истощаемости. Однако, если задание посильно и интересно для обучающегося, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Под влиянием обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость несколько улучшаются, но при этом не достигают возрастной нормы. Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение. Представлениям детей с умственной отсталостью свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности. У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической. Трудности звукобуквенного анализа и синтеза, восприятия и понимания речи обуславливают различные виды нарушений письменной речи. Снижение потребности в речевом общении приводит к тому, что слово не используется в полной мере как средство общения; активный словарь не только ограничен, но и наполнен штампами; фразы однотипны по структуре и бедны по содержанию. Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Следует отметить, что речь школьников с умственной отсталостью в должной мере не выполняет своей регулирующей функции, поскольку зачастую словесная инструкция оказывается непонятой, что приводит к неверному

осмысливанию и выполнению задания. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений.

Психологические особенности умственно отсталых школьников проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических. Волевая сфера учащихся с умственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, особенно произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игра, в том числе дидактическая, ручной труд, а в старшем школьном возрасте и некоторые виды профильного труда. Следует отметить независимость и самостоятельность этой категории школьников в уходе за собой, благодаря овладению необходимыми социально - бытовыми навыками. Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми.

Выстраивая психолого-педагогическое сопровождение психического развития детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), педагогическая система школы опирается на положение, сформулированное Л. С. Выготским, о единстве закономерностей развития аномального и нормального ребенка, а так же решающей роли создания таких социальных условий его обучения и воспитания, которые обеспечивают успешное «врастание» его в культуру. В качестве таких условий выступает система коррекционных мероприятий в процессе специально организованного обучения, опирающегося на сохраненные стороны психики учащегося с умственной отсталостью, учитывающее зону ближайшего развития.

Таким образом, педагогические условия, созданные в образовательной организации для обучающихся с умственной отсталостью, должны решать как задачи коррекционно-педагогической поддержки ребенка в образовательном процессе, так и вопросы его социализации, тесно связанные с развитием познавательной сферы и деятельности, соответствующей возрастным возможностям и способностям обучающегося.

Актуальность разработки программы заключается в том, что учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями обучающихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для детей становится источником стресса.

Дети с интеллектуальными нарушениями имеют ограниченный словарный запас, слаборазвитую мелкую моторику, неадекватные эмоции и т.д. У многих наблюдаются стойкие речевые нарушения. Такие дети не готовы к обучению в школе из-за слабости интеллектуальной регуляции эмоций, их малой дифференцированности, полярности, несоответствия внешним воздействиям по силе и содержанию, затруднений в развитии высших (интеллектуальных, моральных, эстетических) чувств, низкого уровня развития средств эмоциональной выразительности. Наряду с этим при умственной отсталости нередки болезненные расстройства чувств: раздражительность, эйфория, дисфория, апатия. Говоря о расстройствах воли обучающихся с нарушениями интеллекта, специалисты связывают их с нарушениями 2-х волевых функций: активизирующей (абулия, гипобулия) и тормозящей (гипербулия). При этом умственно отсталым школьникам свойственно нарушение структуры волевого действия, а также недостаточная интеллектуальная регуляция воли. К числу наиболее значимых условий развития личности умственно отсталого ребенка относятся общение со сверстниками, воспитание в коллективе. В классе специальной школы, так же, как и в коллективе, нормально развивающихся учащихся, структура межличностных взаимоотношений представлена деловыми и личными отношениями. Однако если в норме деловые и личные отношения часто не совпадают, у умственно отсталых, они совпадают практически всегда. Так же, как и в общеобразовательной школе, в коллективе умственно отсталых учащихся выделяют статусные группы: звезды, предпочитаемые, пренебрегаемые, изолированные. Однако избирательность во взаимоотношениях учащихся с интеллектуальной недостаточностью более или менее устойчиво начинает проявляться к 5-му классу. До этого их взаимоотношения носят диффузный характер, границы статусных групп размыты.

Отличаются своеобразием мотивы позитивного и негативного отношений умственно отсталых учащихся друг к другу и к окружающим людям вообще. У умственно отсталых детей в дошкольном возрасте наблюдается крайне низкий уровень сформированности готовности к школьному обучению, недоразвитие познавательных интересов. Кроме того, нельзя не учитывать, что эта категория детей чаще всего воспитывается в неблагоприятных социальных условиях, которые определенным образом также опосредуют их психическое развитие. Родители испытывают разочарование и состояние фрустрации, так как не могут принять ситуацию, что их ребенок вынужден обучаться в специальной коррекционной школе, что приводит к отсутствию положительного эмоционального отношения к школе.

Таким образом, рассматривая субъективные особенности развития умственно отсталого школьника, мы видим: низкий уровень мотивации к обучению, негативное отношение к школе, несформированность элементов и навыков учебной деятельности, неспособность произвольной регуляции поведения, внимания, учебной деятельности. Большой контингент детей из неблагополучных семей, педагогическая некомпетентность родителей, отсутствие положительного отношения к школе, повышает риски социальной дезадаптации. Курс «Психокоррекционные занятия» направлен на социализацию личности ребенка, помощь в успешной адаптации, коррекцию развития на основе индивидуальных возможностей ребенка.

Цель программы: содействие социально - психологической адаптации школьников к обучению в условиях реализации ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Задачи:

1. Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
2. Актуализация резервных возможностей развития учащихся с низким уровнем познавательных процессов;
3. Формирование положительного отношения к школе, стимулирование познавательной активности школьников;

4. Закрепление норм школьной жизни, формирование личностных базовых учебных действий;
 5. Развитие эмоционально-волевой сферы, содействие формированию произвольности и саморегуляции поведения, снятие страхов и эмоционального напряжения, формирование регулятивных базовых учебных действий.
 6. Развитие познавательных психических процессов, формирование познавательных базовых учебных действий;
 7. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих отношений с педагогами, формирование коммуникативных базовых учебных действий.
 8. Создание условий для развития групповой сплоченности классного коллектива, принятия ребенком себя как представителя данной социальной общности.
 9. Обеспечить получение представления о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках
- Занятия проводятся с обучающимися 7 класса, специальной (коррекционной) школы для детей с умственной отсталостью один час в неделю, всего 34 часа.

Критерии оценивания

Формы и методы работы: основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание групповой работы составляют игры, психотехнические упражнения, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, продуктивно-творческая деятельность.

Программа включает себя четыре разделов:

Раздел 1. Я-концепция и ее ключевые компоненты.

Раздел 2. Эмоциональный мир человека.

Раздел 3. Психофизиологические особенности человека и работа с информацией.

Раздел 4. Мотивация сфер личности.

В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения).

Структура каждого занятия включает в себя: вступление, ритуал приветствия, разминка, основная часть, заключительная часть, ритуал прощания.

Ожидаемый результат.

1. Принятие социальной роли обучающегося: дети должны иметь адекватное представление о школьной жизни и знать школьные правила;
2. Дети должны иметь навыки индивидуальной, парной и коллективной работы;
3. Дети должны знать адекватные способы поведения в обществе;
4. Снижение у детей проявлений поведенческих реакций, связанных с нарушением адаптации к школе (уменьшение частоты конфликтов со сверстниками и учителем, нормализация поведения на уроке, выполнение требований учителя, закрепление позитивного отношения к школе).

Планируемый результат: благоприятная социально - психологическая адаптация обучающихся 8 класса к школе, сформированность базовых учебных действий.

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- удовлетворенность ребенка процессом обучения; ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов
- установление контакта с обучающимися, с учителем;
- удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем;
- формирование адекватного поведения;
- овладение навыками учебной деятельности;
- степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому.

Сформированность БУД.

1. Личностные БУД:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

2. Регулятивные БУД:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.

3. Познавательные БУД:

- выделять существенные, общие и отличительные свойства, уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- наблюдать;
- работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).

4. Коммуникативные БУД:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь; слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.

Программа обеспечивает сформированность базовых учебных действий на данном возрастном этапе, в рамках возможностей и особенностей учащихся с легкой умственной отсталостью.

1. Коммуникативные БУД обеспечивают социальную компетентность и сознательную ориентацию учащихся на позиции других людей (прежде всего, партнера по общению или деятельности), умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

2. Личностные действия БУД обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, знание моральных норм и умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях. Применительно к учебной деятельности следует выделить два вида действий:

- 1) действие смыслообразования;
- 2) действие нравственно-этического оценивания усваиваемого содержания.

3. Регулятивные действия БУД обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности.

К ним относятся:

- планирование;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата;
- коррекция;
- оценка;

4. Познавательные БУД включают обще учебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем.

Параметры результативности и диагностика

В качестве критериев эффективности программы используется сравнительная оценка результатов входной и заключительной диагностики;

- наблюдение в учебной и вне учебной деятельности;
- результаты выполнения контрольных психологических заданий, в качестве которых даются задания, уже выполнявшиеся учениками, но другие по своему внешнему оформлению, и выявляется, справляются ли ученики с этими заданиями самостоятельно;
- мониторинг обученности учащихся;
- мониторинг воспитанности учащихся;

Организационно - педагогические условия

• Временные и материальные ресурсы.

Группа формируется на основе результатов диагностики учащихся 8х классов, количество человек на занятии: 6-12 человек.

Условия проведения.

Занятия проводятся в кабинете педагога - психолога, где созданы условия для занятий и релаксации.

• Оборудование:

- заготовленные задания психолога на каждое занятие и упражнение.
- магнитофон с устройством для прослушивания CD-дисков;
- ПК
- принадлежности для рисования: гуашевые краски, кисти, баночки для воды, цветные и простые карандаши, фломастеры, маркеры, ластик, бумага формата А 4;
- ручки для каждого участника;
- заготовленные задания ведущего на каждое занятие и упражнение;
- записи инструментальных фоновых мелодий;
- необходимое оборудование при проведении психологических игр.

Характеристика целесообразной методики построения курса.

В ходе занятий используются групповые и индивидуальные формы работы.

Структура занятий позволяет гибко адаптировать содержание программы к актуальным проблемам и индивидуальным особенностям учащихся, формируя содержание каждого занятия в соответствии с актуальными целями и задачами группы.

Каждое занятие состоит из трех основных этапов.

Первый этап – организационный, в задачи которого входит создание психологического комфорта в группе, положительного психологического климата, ритуал приветствия с содержанием занятия. В данный этап также включаются психокоррекционные упражнения.

Второй этап – работа по основной теме занятия.

Третий этап – ритуал прощания, рефлексия деятельности на занятии, задачей которого является выявление степени удовлетворенности участниками совместной деятельностью, и усвоения ими новых знаний и умений.

Содержание программы

Я- концепция и ее ключевые компоненты 7 часов.

Занятия направлены на помощь, содействовать расширению самосознания подростков, задуматься о себе, своих способностях, способах взаимодействия с окружающими, что бы дети имели возможность говорить о своих чувствах, анализировать их, размышлять о них в безопасной для себя обстановке.

Эмоциональный мир человека 15 часов.

Способствовать созданию подростками своей эмоциональной сферы.

Психофизиологические способности человека и работа с информацией 8 часов.

Помочь учащимся узнать свои психофизиологические особенности и их ресурсы и ограничения в работе с информацией.

Мотивационная сфера личности 4 часа.

Способствовать осознанию подростками своей мотивационной сферы.

Коррекционная направленность предмета

Данная программа способствует достижению учеником личностных и метапредметных результатов. Представляется важным оценивать воздействие данных занятий на эмоциональное состояние обучающихся. Для этого может быть использован, например, прием цветограммы. Сравнение результатов цветограммы, полученных в начале и конце занятия, а также изменения цветовой гаммы на протяжении некоторого времени позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого обучающегося под влиянием занятий.

Учебно-тематический план

№	раздел	тема	кол.час
1.	Я - концепция и ее ключевые компоненты.		7
		Я – концепция.	2
		Самоуважение.	1
		Самоконтроль.	1
		Уверенность в себе..	2
	Пол как ключевой аспект Я.	1	
2.	Эмоциональный мир человека.		15
		Психические состояния и их свойства.	1
		Напряжение.	1
		Примеры внешней регуляции состояния.	1
		Примеры внутренней регуляции состояния.	2
		Примеры саморегуляции.	2
		Настроение.	1
		Настроение активного человека.	2
		Возрастной аспект состояний: состояния подростков.	1
		Стресс.	2
		Стресс и стрессоустойчивость.	2
3.	Психофизиологические особенности человека и работа с информацией.		8
		Способы восприятия информации.	2
		Способы переработки информации.	2
		Темп работы с информацией.	1
		Контрольная работа и индивидуальные особенности работы с информацией.	1
		Приготовление уроков и индивидуальные особенности с информацией.	2
4.	Мотивационная сфера личности.		4
		Мотив и его функции. « Борьба мотивов».	1
		Привычки, интересы, мечты.	1
		Мотивация помощи и альтруистического поведения.	1
		Итоговое.	1

Календарно-тематическое планирование 8 класс

Дата	Тема	Кол часов	Формируемые понятия и представления	Содержание, виды деятельности
Раздел 1. Я – Концепция и ее ключевые компоненты. (7 часов)				
	Я - концепция.	1	Создание атмосферы сотрудничества, взаимопонимания, психологической безопасности, установление правил общения в группе. Ориентируются на образец и правило выполнения действия. Учатся осознавать ошибочные идеи, которые мешают им построить реалистичную Я – концепцию. Осознают целостность мира и многообразие взглядов на него, определяют познавательную цель, обобщают и систематизируют разумные виды информации	Разминка «Я концепция...». Беседа «Умственный мусор». Упражнения «Корзинка для мусора». Игра «Общая игра», «Общие руки».
	Самоуважение	2	Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Разминка «Лишнее слово». Беседа «Самоуважение». Упражнение «Высказывания», « Умственный мусор», « Самоуважение и внешность», «Повысь самоуважение». Игра « Слово на спине», « Коктейль движений».
	Самоконтроль.	1	Учатся наблюдать и осознавать составляющие Я – концепции, Применяют умения в обсуждении темы, обобщают и систематизируют разумные виды информации.	Разминка « самоконтроль» Беседа «Самоконтроль может мешать». Упражнения «Реши задачу». Игра « Письмо на руке», « Секрет учителя».
	Уверенность в себе»	2	Учатся находить различия между уверенностью в себе и неуверенностью, адекватно оценивать свои способности и верить что способны к их развитию. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития.	Упражнение «Уверенность в себе», « На что влияет уверенность в себе», « Признаки уверенности в себе» Упражнения «Способы повышения уверенности в себе». Игра «Ирландская дуэль», « Стащить журнал».
	Пол как ключевой аспект Я.	1	Учатся находить различия между девочками и мальчиками, чем различается поведение мужчин и женщин, кто лучше понимает эмоции окружающих. Какие характеристики человека как представителя определённого пола влияют на его самооценку.	Разминка. Упражнение «Умственный мусор». Беседа «Мужчины и женщины» Упражнение « Если я...», « Отвечаем на вопросы» Игра « Превращаемся в числа», « Что изменилось».
Раздел 2. Эмоциональный мир человека. (15 часов)				
	Психические состояния и их свойства.	1	Способствовать осознанию подростками своей эмоциональной сферы. Умение выделять и примерять социальные роли. Применять умения сравнивать, что	Разминка «Состояние» Упражнение «Что такое состояние», «Опиши состояние». Работа с ситуацией «Желательные и нежелательные

			чувствует подростки и окружающие. Строят речевое высказывание в устной форме.	состояния на уроке». Упражнение «Вдохновение». Игра «Угадай строчку», «Любимый цвет, любимое блюдо».
	Напряжение	1	Выделяют и примеряют разные виды напряжения: физическое, Эмоциональное, интеллектуальное, ожидания; напряжение. Применяют умения расшифровывать симптомы напряжения. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Напряжение». Упражнение «Что такое напряжение». Беседа «Две реакции на перенапряжение». Игра «Три толстяка». «Испорченный телефон».
	Примеры внешней регуляции состояния	1	Выделяют и примеряют различные убеждения. Применяют умения в области нахождения убедительных фраз. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Жесты». «Убеждение». Беседа «Внушение» Игра «Узнай товарища», «Холодно-горячо».
	Приемы внутренней регуляции состояния.	2	Выделяют и примеряют социальные роли. Применяют умения в области эмоциональных проблем, которые влияют на психическую мускулатуру. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка. Беседа «Контроль и регуляция тонуса мимических морщин». Упражнение «Улыбка», «Царевна Несмеяна». Беседа «Контроль и регуляция мышечной системы». Упражнение «Пальчиковая гимнастика», «Точечный массаж». Беседа «Контроль и регуляция темпа движений и речи». Упражнение «Имя», «Имена ребят», «Наша Таня». Игра «Иван-царевич и Кощей».
	Примеры саморегуляции.	2	Способствовать осознанию подростками своей эмоциональной сферы. Применяют умения в области саморегуляции. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка. Беседа «Специальные дыхательные упражнения». Упражнения «Часы», «Шарик», «Парк», «Мыльные пузыри», «Ватка», «Визуализация», «Имя». Беседа «Самовнушение». Игра «Хранители клада».
	Настроение.	1	Выделяют и примеряют социальные роли. Применяют умения в области эмоциональной сферы. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Настроение». Беседа «Что такое настроение». Упражнение, «Каким бывает настроение», «От чего может испортиться настроение у подростков». «Как подростку улучшить настроение». Игра «Квадратики», «Змейка».
	Настроение и активность человека.	2	Выделяют и примеряют социальные роли. Применяют умения в области эмоциональной сферы. Строят речевое высказывание в устной форме	Разминка. «Хорошее настроение». Упражнение «Как влияет настроение на ...», «Влияние настроения на поведения». Беседа «Нужно ли скрывать свое настроение». Упражнение «В окно заглянул директор». Игра «Наши сотрудники».

	Возрастной аспект состояний: состояния подростков.	1	Выделяют и примеряют социальные роли. Применяют умения в области знаний различных состояний человека. Строят речевое высказывание в устной форме	Разминка. Беседа «Типичные состояния подростков». Упражнение «Расшифруй состояния», «Кто что ест». Игра «Собери свою команду», «Двери друга».
	Стресс.	2	Выделяют и примеряют социальные роли. Применяют умения в области знаний различных состояний стресса. Строят речевое высказывание в устной форме	Разминка «Солнышко». Беседа «Что такое стресс», «Чем полезен стресс». «Чем может быть вреден стресс». Упражнение «Узнай товарища», «Кто что пьет».
	Стресс и стрессоустойчивость.	2	Выделяют и примеряют социальные роли. Применяют умения в области знаний различных состояний стресса. Строят речевое высказывание в устной форме	Разминка «Хорошее настроение» Беседа «Что такое стрессоустойчивость», «Фундамент стрессоустойчивости». Упражнение «Крыша» стрессоустойчивости. Игра «Шапка-невидимка», «Золушка».
Раздел 3. Психофизиологические особенности человека и работа с информацией. (8 часов)				
	Способы восприятия информации	2	Актуализация понятия информация. Способствовать узнать подросткам психофизиологические особенности и их ресурсы. Применяют умения в области работы с информацией. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Нужная книга». Беседа «Способы восприятия информации». Упражнение «Определили свой ведущий способ восприятия», «Определи способ друга», «Кто что любит», «Что трудно на уроке», «Меткие стрелки», «Носороги».
	Способы переработки информации.	2	Актуализация понятия информация. Способствовать узнать подросткам психофизиологические особенности и их ресурсы. Применяют умения в области работы с информацией. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Взаимость». Беседа «Способы переработки информации», «Определи своё ведущее полушарие». Упражнение «Определи своё ведущее полушарие», «Кто что любит», «Что трудно на уроке». Игра «Пылесос», «Веретено».
	Темп работы с информацией.	1	Актуализация понятия информация. Способствовать узнать подросткам свой темп работы с информацией. Применяют умения в области работы с информацией. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Симпатия». Беседа «Темп работы с информацией». Упражнение «Определи свой предпочитаемый темп», «Определи предпочитаемый темп друга». «Кто что любит», «Что трудно на уроке», «Рекламный агент». Игра «Покрашенный пол».

	Контрольная работа и индивидуальные особенности работы с информацией.	1	Актуализация понятия информация. Способствовать подросткам, с индивидуальными особенностями работать с информацией. Применяют умения в области работы с информацией. Строят речевое высказывание в устной форме	Разминка. Беседа «Контрольная работа и индивидуальные особенности работы с информацией». Упражнение «Что кому будет мешать». Игра «По небу шар летит», «Моющий пылесос».
	Приготовление уроков и индивидуальные особенности работы с информацией.	2	Актуализация понятия информация. Способствовать подросткам, с индивидуальными особенностями работать с информацией. Применяют умения в области работы с информацией. Строят речевое высказывание в устной форме	Разминка. «Информация». Беседа «Приготовление уроков и индивидуальные особенности работы с информацией». Упражнение «Что кому будет мешать», «Кто Я?». Игра «Найди цвет».
Раздел 4. Мотивационная сфера личности. (4 часа)				
	Мотив и его функции. «Борьба мотивов».	1	Актуализация мотивационной сферы. Слушают, устанавливают причинно-следственные связи. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка. Беседа «Что такое «мотив»», «Какие бывают мотивы». Упражнение «Что делать когда мотивы борются друг с другом», «В класс прише завуч». Игра «Дружная пара».
	Привычки, интересы, мечты.	1	Актуализация мотивационной сферы, что побуждает к действию подростков. Слушают, устанавливают причинно-следственные связи. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Привычка». Упражнение «Что побуждает к действию». «Мои привычки и интересы», «Мечта», «Когда мечта мешает, когда - помогает». Игра «Собери радугу», «Дуэль».
	Мотивация помощи и альтруистического поведения.	1	Актуализация мотивационной сферы. Слушают, устанавливают причинно-следственные связи. Строят речевое высказывание в устной форме.	Разминка «Друг». Упражнение «Почему люди помогают друг другу». Беседа «Кто может стать альтруистом». Упражнение «Педагог-альтруист», «Альтруизм». Игра «Возьми «пятерку»», «Спаси друга».
	Итоговое занятие	1	Подведение итогов. Строят речевое высказывание в устной форме. Закрепление позитивных изменений подросткового возраста.	Игра-конкурс
Итого		34 ч		

Список литературы

1. Андрианов М. А. Философия для детей (в сказках и рассказах) Минск, Современное слово, 2009 г. – 280 с.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Первый год обучения)/Под ред. И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2003г.-168с.
3. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Второй год обучения)/Под ред. И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2004г.-168с.
4. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М., 1997.
5. Жизненные навыки. Уроки психологии в 6 классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.- М.:Генезис, 2002.-248 с.
6. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 г.
7. Коваленко В.И. Младшие школьники после уроков. – М., 2007 г.
8. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 г.
9. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. – М.:Издательство ГНОМ иД, 2000. – 160с.
10. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
11. Сартан П.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.: Сфера, 2001. – 128с.
12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога (1-2 часть), М., 2002 г.
13. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
14. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. – М., 2004 г.
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе, М.: Генезис, 2009. – 344с.