

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования и науки Удмуртской Республики  
Управление образования Администрации муниципального образования  
"Муниципальный округ Камбарский район Удмуртской Республики"  
МБОУ "Борковская ООШ"

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

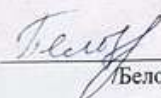


/Деськова Ю.В./

Протокол №1  
от «18» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР



/Белозерова Е.В./

Приказ № 95  
от «18» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ  
"Борковская ООШ"



/Короткова Л.В./

Приказ № 95  
от «18» августа 2023 г.

Адаптированная рабочая программа  
по Психокоррекции  
для обучающихся 5 класса  
с лёгкой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 1)

Учитель:  
Кудрявцева Л.В.  
Педагог-психолог  
Стаж работы: 23 года

п. Борок

## Пояснительная записка

Рабочая программа по Психокоррекции для обучающихся основного общего образования с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и определяет содержание образования, планируемые результаты, специальные условия её реализации с учётом особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Данная рабочая программа разработана в соответствии:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», утверждённым приказом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями от 02.07.2021 г.).
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённым приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1599.
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённой приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026.
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умеренной (тяжёлой, глубокой) умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) тяжёлыми множественными нарушениями развития (вариант II)
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП.2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».
- Календарным годовым графиком работы МБОУ «Борковская ООШ» на 2023- 2024 учебный год.

При разработке содержания курса занятий для детей, осваивающих программу основного общего образования, педагогом-психологом могут быть использованы материалы методического пособия «Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании» под ред. Денисова Ю.Н., к.хим.н., профессора - Барнаул, 2014 г., а также материалы методических рекомендаций для классного руководителя «Формирование жизнестойкости у школьников», Под общ. ред.Гражданкиной Л.В., к.пед.н. АКППКРО, 2014 г.

Комплекс требований жизни к социальному облику обучающегося, воспитанника с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) побуждает выделять жизнестойкость как ведущий компонент его личностных качеств.

В современном изменяющемся мире совокупность физических, моральных, нравственных достоинств будет представлена личностью обучающегося, воспитанника с ОВЗ исключительно в том случае, если в любой момент он сможет выдерживать проверку на прочность и устойчивость своих жизненных позиций.

В структуре психики детей такой категории 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.

### ***Методологические и теоретические обоснования программы:***

Особенности развития высших психических функций обучающихся, воспитанников с ОВЗ (особенно с умственной отсталостью) оказывают влияние на представления детей о себе и окружающем мире, а именно: недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала.

У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи, что затрудняет понимание обращенной к ним речи, а также формулирование конструкции при обращении к собеседнику. Кроме того, следует отметить, что речь обучающихся 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 обучающихся проявляются и в нарушении эмоционально-волевой сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических. Такие обучающиеся данной категории 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. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы обучающихся целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игровая, ручной труд, а на ступени основного общего образования и некоторые виды профильного труда.

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 конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью позволяют выделить образовательные потребности:

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы с педагогами;
- раннее получение специальной помощи средствами образования;
- психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие ребенка с педагогами и сверстниками;
- психологическое сопровождение, направленное на установление взаимодействия семьи и образовательной организации;

- постепенное расширение образовательного пространства, выходящего за пределы образовательной организации.

Одним из условий успешной адаптации обучающихся с умственной отсталостью к современному социуму является формирование у них устойчивости к любой изменяющейся ситуации. Именно данная категория детей чаще других оказывается в стрессовых ситуациях, где необходима своевременная поддержка со стороны взрослых.

У детей с ОВЗ, в том числе с умственной отсталостью, особенно на этапе выхода в самостоятельную жизнь значительно возрастают риски, роль случая и вероятностей, определяющих исход жизненной ситуации путем ухода, что указывает на необходимость формирования у них мобильности, гибкости мышления, коммуникативных компетенций, оперативности реагирования в условиях неопределенности.

Продолжительность одного занятия - 30-40 минут.

Занятия проводятся 2 раз в неделю (68 часа в год)

**Цель коррекционной работы:** коррекция познавательной, эмоционально-волевой сферы младших подростков с умственной отсталостью, повышение самостоятельности и расширение возможности их общения в современном обществе, через преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения..

#### **Задачи коррекционной работы:**

- развитие внимания, памяти, мышления, пространственных представлений;
- сплочение группы, освоение навыков работы в коллективе;
- создание благоприятного психологического климата;
- оснащение коммуникативными навыками и обучение способам выражения эмоций (тревога, агрессия, положительные эмоции и др.);
- формирование образа «Я», навыков самопознания;
- формирование положительных межличностных взаимоотношений между детьми, на основе которых каждый ребенок смог быть успешно социализироваться;
- мотивация подростков на обращение к своему внутреннему миру, на анализ собственных поступков;
- развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

#### **Методы и формы реализации программы**

Для реализации поставленных целей выбрана групповая форма работы.

В ходе занятий использовались следующие методические средства:

1. Арт – методы, т.к. изобразительная деятельность выступает инструментом коммуникации, позволяя ребенку восполнит дефицит общения и построить более гармоничные взаимоотношения с миром. Во многих случаях работа с изобразительными материалами позволяет получить седативный эффект и снимает эмоциональное напряжение.
2. Игротерапия - позволяет моделировать систему социальных отношений в наглядно – действенной форме в особых игровых условиях, возрастает мера социальной компетентности, развивается способность к разрешению проблемных ситуаций; формируются равноправные партнерские взаимоотношения ребенка со сверстниками, что обеспечивает возможность позитивного личностного развития. Игротерапия позволяет организовать поэтапную отработку в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, происходит постепенное формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на

основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли, и правил, регулирующих поведение в игровой команде. Создание ситуации успеха помогает более эффективному усвоению получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у наших детей является развитие речи. Детям трудно выражать свои мысли и чувства, обращаться к другим, получать обратную связь, поэтому в программу включены постановка известных сказок и придумывание своих с последующим их проигрыванием.

3. Психогимнастика - в основе лежит использование двигательной экспрессии. Основная цель – преодоление барьеров в общении, создание доброжелательной атмосферы, развития лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

### **Место коррекционного курса в учебном плане**

Курс по психокоррекции проводится в 5 классе в объеме 68 занятий за 1 год обучения (2 часа в неделю).

Каждая встреча рассчитана на 40 мса

## **Содержание программы.**

Тематика развивающих занятий для детей с умственной отсталостью степени включает 4 основных блока:

### ***1. Развитие и коррекция познавательной сферы:***

- развитие внимания, памяти, мышления;
- приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков;
- формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения;
- становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения;
- расширение словарного запаса.

### ***2. Самопознание. Что я знаю о себе:***

- формирование способности к самопознанию; зачем нужно знать себя, свое тело, свой внутренний мир;
- умение определять личностные качества свои и других людей;
- формирование адекватной самооценки;
- достоинства и недостатки;
- навыки осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями;

### ***3. Развитие коммуникативных навыков. Я и другие:***

- становление умения владеть средствами общения;
- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование коллективного обсуждения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;
- способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я».

### ***4. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы:***

- чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние;
- формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния;
- понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости;
- отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых;
- понятие группового давления и принятие собственного решения;
- формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения;
- поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению;
- понятие насилия и права защищать свои границы;
- формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя;

- понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций;
- коррекция агрессивности обучающихся.

### **Планируемый результат:**

- Повышение продуктивности внимания;
- Развитие памяти;
- Развитие навыков совместной деятельности;
- Гармонизация эмоционального состояния ребенка;
- Развитие адекватной самооценки;
- Развитие коммуникативных умений и навыков;
- Развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий;
- Гармонизация психоэмоционального состояния;
- Владение методам саморегуляции;
- Социализация и адаптация в современном обществе.

### **Обучающиеся должны уметь:**

- признавать собственные ошибки;
- сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру;
- выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- анализировать процесс и результаты познавательной деятельности;
- контролировать себя, находить ошибки в работе и самостоятельно их исправлять;
- работать самостоятельно в парах, в группах;
- адекватно воспринимать окружающую действительность и самого себя;
- знать об опасности курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- уметь отстаивать свое мнение;
- уметь идентифицировать свое эмоциональное состояние

### Тематическое планирование

| № п/п | Наименование разделов программы                                    | Количество часов |
|-------|--|------------------|
| 1     | Обследование детей: комплектование групп для коррекционных занятий | 1                |
| 2     | Развитие и коррекция познавательной сферы                          | 20               |
| 3     | Самопознание. Что я знаю о себе                                    | 14               |
| 4     | Развитие коммуникативных навыков. Я и другие                       | 16               |
| 5     | Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы                    | 18               |
|       | Итого часов:   | <b>68</b>        |





**Календарно-тематическое планирование  
5 класс**

| <b>Раздел программы</b>  | <b>Тема урока</b>                                    | <b>Дата</b> | <b>Кол-во час</b> | <b>Задачи</b>  | <b>Наглядность и оборудование</b>                                     | <b>Понятийный аспект</b>            | <b>ОУУН</b>  |
|--|--|-------------|-------------------|--|---|-------------------------------------|--|
| Обследование детей: комплектование групп для коррекционных занятий | Диагностика  |             | 2                 | 1. Определение уровня сформированности познавательных процессов, коммуникативных навыков, эмоционально-волевой сферы;<br>2. комплектование групп для коррекционных занятий;<br>3. воспитание положительного отношения к занятиям |   |                                     |  |
| Развитие и коррекция познавательной сферы                          | <b>Увеличение объема внимания и наблюдательности</b> |             | 2                 | 1. <b>Увеличение объема внимания</b> учащихся;<br>2. коррекция внимания и развитие наблюдательности;<br>3. воспитание внимательного отношения к окружающему миру   | Сюжетные картинки, поле расчерченное на клетки, «лабиринты», пуговицы | Внимание, наблюдательность          | Уметь наблюдать и быть внимательным к окружающему  |
|  | <b>Увеличение уровня распределения внимания</b>      |             | 2                 | 1. <b>Увеличение уровня распределения внимания;</b><br>2. коррекция избирательности внимания;<br>3. воспитание настойчивости и выдержки  | Бумага, карандаши   | Распределение внимания              | <b>Уметь выполнять два различных действия одновременно</b>                                     |
|  | <b>Усиление концентрации и устойчивости внимания</b> |             | 2                 | 1. <b>Усиление концентрации и устойчивости внимания;</b><br>2. развитие умения регулировать свои действия;<br>3. воспитание потребности в самоорганизации (аккуратности, настойчивости).   | Образцы рисунков, бумага, карандаши, сюжетные картинки                | Концентрация внимания, устойчивость | Уметь удерживать и концентрировать внимание, анализировать элементы картинки, находить отличия |
|  | <b>Тренировка переключения внимания</b>              |             | 2                 | 1. Формирование способности к переключению внимания, вхождения в деятельность;<br>2. <b>развитие адекватных представлений о своих возможностях;</b>  | Красно-черная таблица   | Переключение внимания               | Уметь переключать внимание и выполнять упражнение в  |

|  |   |  |   |   |  |                         |  |
|--|---|--|---|---|--|-------------------------|--|
|  |   |  |   | <b>3. формирование умения доводить начатое дело до конца.</b>   |  |                         | соответствии с инструкцией   |
|  | <b>Развитие слуховой памяти</b>                     |  | 2 | 1. Обучение приемам запоминания;<br>2. развитие и коррекция слуховой памяти;<br>3. воспитание настойчивости и выдержки.   | Небольшой рассказ                            | Слуховая память         | Уметь запоминать рассказ и отвечать на вопросы педагога по тексту                        |
|  | <b>Развитие зрительной памяти</b>                   |  | 2 | 1. Тренировка кратковременной зрительной памяти;<br>2. развитие и коррекция зрительного восприятия и памяти;<br>3. воспитание внимательного отношения к окружающему миру.   | Репродукция картины в жанре бытовой живописи | Зрительная память       | Уметь запоминать и воспроизводить содержание картины                                     |
|  | <b>Развитие ассоциативной памяти</b>                |  | 2 | 1. Развитие ассоциативной памяти;<br>2. формирование полноты воспроизведения словесного материала;<br>3. воспитание личностных мотивов запоминания, умение обучающихся создавать установку на длительное запоминание.                                 | Карточки с заданиями                         | Ассоциации              | Уметь воспроизводить первоначальные слова по ассоциативному ряду                         |
|  | <b>Развитие мыслительных навыков: классификация</b> |  | 2 | 1. Формирование <b>мыслительных навыков: классификация</b> ;<br>2. развитие интересов и познавательной активности;<br>3. воспитание положительного отношения к учебе.   | Карточки с объектами для классификации       | Мышление, классификация | Уметь видеть главное, существенное для отнесения предмета к какому-либо виду             |
|  | <b>Развитие мыслительных навыков: обобщение</b>     |  | 2 | 1. Формирование <b>мыслительных навыков: обобщение</b> ;<br>2. коррекция тактильно-двигательного восприятия;<br>3. воспитание самоконтроля, трудолюбия.   | Карточки с заданиями                         | Мышление, обобщение     | Уметь обобщать и делать выводы   |
|  | <b>Причинно-следственные отношения</b>              |  | 2 | 1. Формирование способности понимать связи событий и строить последовательность причинно-следственных отношений;<br>2. развитие стремления применять полученные знания в повседневной жизни;<br>3. воспитание интереса к различным видам деятельности | Карточки с заданиями                         | Причина, следствие      | Уметь находить понятия, которые находятся между собой в причинно-следственных отношениях |
| <b>Самопознание. Что я знаю о себе</b> | Зачем нужно знать себя?                             |  | 2 | 1. Формирование мотивации к самопознанию;<br>2. развитие самостоятельности, активизация   | Тетради, карандаши                           | Самопознание            | Знать свои положительные и отрицательные   |

|   |                                    |  |   |   |  |  |  |
|---|------------------------------------|--|---|---|--|--|--|
|   |                                    |  |   | процесса познания себя и окружающего мира;<br>3. воспитание самостоятельности, самоконтроля   |  |  | качества   |
|   | Мое тело                           |  | 2 | 1. Закрепление знаний о своем теле;<br>2. формирование и закрепление представлений о гендерных различиях;<br>3. воспитание внимательного отношения к окружающим                     | Фотографии мальчиков и девочек             | Тело, противоположности                      | Знать гендерные различия   |
|   | Мой волшебный мир                  |  | 2 | 1. Формирование способности познавать свой внутренний мир;<br>2. развитие навыков самопознания;<br>3. гармонизация эмоционального состояния   | Карточки с различными качествами характера | Внутренний мир                               | Стремиться к самопознанию, иметь понятие о собственном «внутреннем» мире |
|   | Самоценность                       |  | 2 | 1. Формирование понятия о самооценности собственного «Я»;<br>2. развитие представлений о своих возможностях, умений адекватно оценивать себя;<br>3. воспитание уверенности в себе   | Тетради, карандаши, листы формата А 4      | Самооценка                                   | Уметь адекватно себя оценивать и принимать себя                          |
|   | Мои достижения                     |  | 2 | 1. Формирование умения преодолевать барьеры на пути самокритики;<br>2. продолжение развития навыков самоанализа и самооценки;<br>3. воспитание самостоятельности, рассудительности. | Листы с надписями «Продаю», «Покупаю»      | Достоинства, недостатки                      | Уметь находить в себе достоинства и признавать свои недостатки           |
|   | Буду делать хорошо и не буду плохо |  | 2 | 1. Формирование навыка уверенного поведения;<br>2. развитие умения регулировать свои действия;<br>3. воспитание умения прогнозировать собственную деятельность.                     | Мяч, бланки с тестом, листы бумаги         | Уверенность, неуверенность, сильная личность | Уметь регулировать свои действия   |
| <b>Развитие коммуникативных навыков. Я и другие</b> | <b>Взаимодействие</b>              |  | 2 | 1. Дать представление о значении совместной работы в жизни человека;<br>2. развитие навыков общения;<br>3. воспитание общительности, чуткости                                       | Тетради, ручки, листочки для записей       | Совместная работа, взаимодействие            | Знать, что такое взаимодействие.   |
|   | <b>Как мы видим друг друга</b>     |  | 2 | 1. Формирование умения видеть положительные качества у других людей;  | Карточки с положительн                     | Личностные качества                          | Уметь определять личностные  |

|   |  |   |  |   |                                |  |
|---|--|---|--|---|--------------------------------|--|
|   |  |   | 2. развитие и коррекция представлений о личности, индивидуальных особенностях и способностях человека;<br>3. воспитание чувства личной ответственности за свои дела и поступки                   | ыми и отрицательными качествами                               |                                | качества свои и других людей   |
| Я глазами других                          |  | 2 | 1. Формирование способности к самопознанию;<br>2. развитие способности принимать друг друга;<br>3. воспитание уважения друг к другу  | Тетради, карандаши, мяч                                       | Самоанализ                     | Уметь анализировать отношение других к себе.   |
| <b>Дружба начинается с улыбки</b>         |  | 2 | 1. Формирование наблюдательности и умения слушать другого;<br>2. развитие умения вступления в контакт.<br>3. воспитание уважения друг к другу, способности услышать другого человека             | Тетради для записей, бланк теста «Умеешь ли ты слушать?»      | Умение слушать, умение слышать | Уметь слушать другого, понимать необходимость жить в согласии с собой и другими              |
| <b>Разговор взглядов. Пойми меня</b>      |  | 2 | 1. Формирование умения понимать друг друга;<br>2. коррекция форм общения, обогащение его содержания;<br>3. воспитание доброго, доверительного отношения друг к другу                             | Бланки с пословицами для каждого обучающегося                 | Понимание                      | Уметь понять другого, уметь по выражению лица, по позе, по глазам определять чувства другого |
| <b>Умеем ли мы вежливо общаться?</b>      |  | 2 | 1. Дать обучающимся определение понятия «вежливость»;<br>2. помощь в осмыслении своего отношения к окружающим;<br>3. воспитание доброго, доверительного отношения друг к другу                   | Тетради с записями  | Вежливость                     | Знать определение понятия «вежливость», быть вежливым по отношению к другим                  |
| <b>Поведение в общественных местах</b>    |  | 2 | 1. Формирование положительного отношения к общепринятым нормам поведения;<br>2. развитие умения регулировать свои действия;<br>3. воспитание навыков культурного поведения                       | Атрибуты для игры «День рождения», карточки с названием ролей | Этикет, правила поведения      | Знать основные правила этикета   |
| <b>Урок мудрости (уважение к старшим)</b> |  | 2 | 1. Формирование навыка ведения беседы;<br>2. развитие умения вступлению в контакт, поведению в ситуации общения, особенностям диалогической речи;<br>3. воспитание потребности в самоорганизации | Карточки с заданиями по культуре беседы                       | Беседа, диалог                 | Знать, что такое беседа, уметь вести беседу  |

|  |  |   |  |   |   |   |
|--|--|---|--|---|---|---|
| Восприятие мира (наши органы чувств). Что такое эмоции |  | 2 | 1. Расширение знания обучающихся о чувствах и эмоциях, пополнение арсенала лексических единиц, связанных со сферой чувств;<br>2. коррекция и развитие эмоционально-чувственной сферы подростков;<br>3. воспитание доброго, доверительного отношения друг к другу | Пиктограммы с изображением различных эмоций         | Чувства, эмоции                         | Узнавать внешние эмоциональные проявления   |
| Чувства и поступки                                     |  | 2 | 1. Формирование умения выражать свои чувства;<br><b>2. развитие эмоциональных и волевых процессов;</b><br>3. воспитание чувства личной ответственности за свои дела и поступки   | Тетради, ручки, цветные карандаши, бумага формата А | Агрессия, обида, выражение              | Уметь приемлемым способом выражать эмоции и чувства   |
| Стресс   |  | 2 | 1. Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния;<br>2. развитие осознанности своего психоэмоционального состояния;<br>3. формирование потребности в саморегуляции (самоконтроле)   | Тетрадь для записей, ручка                          | Настроение, эмоциональное состояние     | Уметь распознавать собственные эмоциональные состояния  |
| Почему некоторые привычки бывают вредными              |  | 2 | 1. Ознакомление с понятиями «вредные привычки»;<br>2. развитие представлений об опасности вредных привычек, определение характера и методов борьбы с опасностью;<br>3. воспитание ответственности, самоконтроля  | Тетради, ручки, ватман, маркер                      | Вредная привычка, соблазн, зависимость  | Иметь представления о вредных привычках, зависимостях, об опасностях вредных привычек, уметь противостоять соблазну |
| Умей выбирать  |  | 2 | 1. Формирование представлений об ответственности и доверии;<br>2. коррекция существующего опыта ответственности;<br>3. воспитание самоконтроля, рассудительности   | Тетрадь для записей, ручка                          | Ответственность, доверие                | Знать, что такое ответственность, уметь отвечать за свои поступки   |
| Я отвечаю за свое решение                              |  | 2 | 1. Формирование навыков противостояния групповому давлению;<br>2. развитие способности принимать собственное решение;  | Тетрадь для записей, ручка                          | Групповое давление, собственное решение | Уметь принимать собственное решение, бесконфликтно, но  |

|  |   |  |   |   |  |                                 |  |
|--|---|--|---|---|--|---------------------------------|--|
|  |   |  |   | 3. воспитание нравственных качеств, самостоятельности   |  |                                 | твердо противостоять давлению группы   |
|  | Хозяин своего «Я»                                     |  | 2 | 1. Формирование умения контролировать свое поведение;<br>2. развитие способности управлять собственными поступками;<br>3. воспитание взаимопонимания, дружелюбия.   | Тетрадь для записей, ручка                         | Права, границы, насилие         | Уметь защищать свои права, противостоять насилию   |
|  | Понятие «конфликт», мое поведение в трудных ситуациях |  | 2 | 1. Ознакомление с понятием «конфликт», выработка умения предотвращать конфликт;<br>2. развитие умения выходить из проблемной ситуации;<br>3. воспитание рассудительности, терпимости, самоконтроля                                | Тетради, бланки теста «Конфликтный ли ты человек?» | Конфликт, конфликтная ситуация  | Уметь предотвращать конфликт и выходить из проблемной ситуации   |
|  | Надо ли уметь сдерживать себя?                        |  | 2 | 1. Формирование умения контролировать свои агрессивные устремления;<br>2. коррекция агрессивного поведения, выработка приемлемых способов разрядки гнева;<br>3. воспитание чувства личной ответственности за свои дела и поступки | Текст «Притчи о змее», релаксационная музыка       | Агрессия, агрессивное поведение | Уметь контролировать свои агрессивные устремления и выражать их в формах, приемлемых в определенном обществе |

## Список литературы

1. Акимова М.К., Козлова В.Т. Упражнения по развитию мыслительных навыков школьников. Пособие для учителей, школьных психологов и родителей. – Обнинск.: Принтер, 1993. – 20с.
2. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников – М., 2007.
3. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. – СнП., 2003 .
4. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. – М. , 2003.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – М., 1995.
6. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники/ О.Н. Истратова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – 347 с.- (Психологический практикум).
7. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М., 1997.
8. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 .
9. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей сирот: социально-эмоциональные проблемы./ Под ред. Л.М. Шипициной, Е.И. Казаковой. СПб., 2000.
10. Лещинская Е.А. Тренинги общения для учащихся 4 – 6 классов. Киев., 1994.
11. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2004 .
12. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пяткова О.М.; под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб.: Питер, 2005. – 304с.: ил. – (Серия «Практикум по психологии»)
13. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
14. Слепович Е.С., Поляков А.М. Работа с детьми с интеллектуальной недостаточностью. Практика специальной психологии. – СПб.: Речь, 2008. – 247 с.
15. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.