

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающих занятий с психологом
для обучающихся ОВЗ
5 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса занятий ориентирована развитие психических процессов, создающих базу для учебы направлена на развитие психики, индивидуальных способностей. Освоение программы способствует расширению кругозора учащегося.

Программа занятий направлена на формирование и организацию изучения психологии на деятельностной основе. В программе учитываются возможности занятий в реализации требований ФГОС ООО к планируемым личностным и метапредметным результатам обучения, а также реализация межпредметных связей.

В программе занятий определяются основные цели изучения психики учащегося, планируемые результаты освоения программы по итогам изучения: личностные, метапредметные, предметные.

Курс занятий развивает представления о самопознании личности, принятия своей индивидуальности и методах её познания, расширения кругозора учащегося, бережного отношении к себе, умения получать результаты исследования, присваивать и применять их в жизненных ситуациях.

Курс занятий обеспечивает понимание обучающимся своей психики, ее проявлений в учебной деятельности и жизни, закладывает основы здорового образа жизни. Главным становится принцип активизации обучающегося в самопознании, в самоопределении в мире профессий, изучение себя.

Целями изучения программы: создание условия для определения способностей учащегося с учётом его индивидуальности, а также расширение его кругозора.

Достижение целей программы обеспечивается решением следующих задач:

приобретение обучающимся знаний о психике человека как биосоциальном существе, о роли психологии в практической деятельности людей;

овладение умениями проводить исследования психических процессов и наблюдения за состоянием собственной психики;

освоение приёмов работы с информацией, её анализ и критическое оценивание;

воспитание грамотной личности, готовой к самопознанию и сохранению собственного здоровья.

Общее число часов, отведенных для изучения курса внеурочной деятельности, составляет в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Предлагаемый в программе перечень практических работ является рекомендательным, педагог делает выбор проведения с учётом индивидуальных особенностей обучающегося.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Введение. Знакомство с разными подходами к познанию себя самого, психодиагностика основных психических процессов, анализ и самоанализ, рисунок как средство самопознания. Игровые упражнения.

Тема 2- 7. Диагностика.(6 часов) Индивидуальные свойства человека, исследование, тестирование.

Тема 8. Коммуникация (1 час). Формирование образа Я. Открытие Я. Кто Я? Мой пол, имя, родословная, дом, семья... Какой Я? Я – физическое.

Тема 9. Решение конфликтов. (1 час). Выявление актуального уровня информированности обучающихся по проблеме «Конфликты и способы их разрешения» Обсуждение способов разрешения конфликтных ситуаций. Решение практических задач, направленных на формирование умений конструктивного разрешения конфликтов.

Тема 10. Нет безвыходных ситуаций (1 час).

Тема 11. Друзья и товарищи (1 час). Упражнение «Какой вы друг?», «Друг», «Друг выдал вашу тайну».

Тема 12. Личность Что у меня общего? Упражнения «Выясни сходства и различия». Я – индивидуальность.

Тема 13. Самооценка (1 час). Учимся определять особенности личности. Тест на качества личности с их оценкой. Самооценка. Как вести наблюдение за самим собой. Как себя оценивать. Самооценка своих представлений о себе.

Тема 14. Как я вижу себя (1 час). Упражнение с МАК.

Тема 15. Как вы воспринимаете окружающих. Понятие о восприятии. Игровые упражнения «Знаете ли вы своего друга?», «Загадочный свёрток», «Иллюзии восприятия». Кто такой настоящий друг? Составить портрет настоящего друга.

Тема 16. Возрастные особенности (1 час). Какой я стал другой? Практикум.

Тема 17. Почему мы устаем (1 час). Упражнение на активизацию при утомлении.

Тема 18. Мотивация и деятельность (1 час).

Тема 19. Креативность и творчество (1 час) Знакомство с психическим процессом – воображение, мечты, фантазии, сны. Творчество и креативность. Упражнения: “Портрет

инопланетянина”, “Дорисуй круги”, “Леонардо да Винчи”, “Придумай предложение”, “Фантазии”.

Тема 20. Самостоятельность. Тест «Насколько вы практичны и самостоятельны», «Что изменилось?». «Ваше решение».

Тема 21. Информация и Интернет (1 час). Как использовать Интернет, сколько по времени.

Тема 22. Моё профессиональное будущее (1 час). О мире профессий. О ПВЛК. Профессии родителей, какие профессии нужны городу Нефтеюганску, округу.

Тема 23. Здоровый образ жизни и зависимости (1 час). Что такое зависимости (от сладкого, от игр в телефоне). Как избавиться от зависимости.

Тема 24. Режим дня (1 час) Важность смены труда и отдыха. Для чего необходимо соблюдать режим дня.

Тема 25. Питание (полезно - вредно) (1 час) Для чего человек ест? Какая пища полезна (не полезна?) почему? Как правильно питаться?

Тема 26. Время, как его беречь (1 час) Нужно ли беречь время? Как? Приемы распределения времени.

Тема 27. Навыки самообслуживания (1 час). Какие навыки у меня есть согласно возраста? Как умения переводить в навык? Зачем?

Тема 28. Интеллект и познавательные способности (1 час). Упражнения «Суперинтеллект», «Как развивать свой ум».

Тема 29-33 Заключительная диагностика. (5 часов)

Тема 34. Шкала моих результатов. Заполнение чек-листа с оценкой по пройденным темам в курсе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА «ПОЗНАЙ СЕБЯ»

Освоение программы должно обеспечить достижение следующих обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

Освоение занятий должны отражать готовность обучающегося руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

1) гражданского воспитания: готовность к конструктивной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;

2) патриотического воспитания: гордость за вклад российских и советских учёных в развитие мировой психологической науки;

3) духовно-нравственного воспитания: готовность оценивать поведение и поступки с позиции нравственных норм; понимание значимости нравственного аспекта деятельности человека;

4) эстетического воспитания: понимание роли психологии в формировании эстетической культуры личности;

5) физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил и норм, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в учебной среде; сформированность навыка рефлексии, управление собственным эмоциональным состоянием;

6) трудового воспитания: активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, населенного пункта, края), интерес к практическому изучению профессий, связанных с психологией;

7) экологического воспитания: готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

8) ценности научного познания: ориентация на современную систему научных представлений об основных закономерностях психики, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; понимание роли науки в формировании научного мировоззрения; развитие научной любознательности, интереса к психологической науке, навыков исследовательской деятельности;

9) адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды: адекватная оценка изменяющихся условий; принятие решения (индивидуальное, в группе) в изменяющихся условиях на основании анализа информации; планирование действий в новой ситуации на основании знаний.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты освоения программы должны отражать овладение следующими универсальными учебными действиями:

Познавательные универсальные учебные действия

1) базовые логические действия: устанавливать существенный признак классификации объектов (явлений, процессов), основания для обобщения и сравнения; с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах и наблюдениях, предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; выявлять причинно-следственные связи при изучении психических явлений и процессов, делать выводы с использованием умозаключений, умозаключений по аналогии,

формулировать гипотезы о взаимосвязях; самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

2) базовые исследовательские действия: использовать вопросы как исследовательский инструмент познания; формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, и самостоятельно устанавливать искомое и данное; формировать и аргументировать свою позицию, мнение; проводить по самостоятельно составленному плану наблюдение, небольшое исследование по установлению особенностей субъекта (процесса) изучения, причинно-следственных связей; оценивать информацию, полученную в ходе наблюдения и эксперимента; самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, эксперимента.

3) работа с информацией: применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи; выбирать, анализировать, систематизировать информацию различных видов и форм представления; находить аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же версию) в различных информационных источниках; самостоятельно иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями; оценивать надёжность информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно; запоминать и систематизировать информацию.

Коммуникативные универсальные учебные действия

1) общение: воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в процессе выполнения практических работ; выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры; понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта); самостоятельно выбирать формат выступления с учётом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация: выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях, используя знания; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой); аргументировать предлагаемые варианты решений; составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учётом получения новых знаний об изучаемом субъекте; делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль, эмоциональный интеллект: владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; давать оценку ситуации и предлагать план её изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам; объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации; вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей; оценивать соответствие результата цели и условиям; различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других; выявлять и анализировать причины эмоций; ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого; регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других признавать своё право на ошибку и такое же право другого; открытость себе и другим; осознавать невозможность контролировать всё вокруг; овладеть системой универсальных учебных регулятивных действий, которая обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности), и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Предметные результаты

Предметные результаты освоения программы **в 5 классе**: иметь представление о важнейших биологических процессах и явлениях: питание, дыхание, транспорт веществ, раздражимость, рост, развитие, движение, размножение; применять психологические термины и понятия (в том числе: ощущения, восприятие, память, мышление, воображение, речь, чувства, эмоции, темперамент, характер, способности, интерес, психические состояния) в соответствии с поставленной задачей и в контексте; демонстрировать на конкретных примерах связь знаний урока и жизни, со знаниями по предметам гуманитарного цикла, различными видами искусства; выполнять практические работы (поиск информации с использованием различных источников, описание по заданному плану); применять методы психологии (наблюдение, описание, классификация, измерение, эксперимент); соблюдать правила безопасного труда во внеурочной деятельности; использовать при выполнении учебных заданий справочные материалы, ресурсы Интернета; создавать письменные и устные сообщения, используя понятийный аппарат.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема	Кол-во часов	*Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы проведения занятий
Введение	1	http://school-collection.edu.ru http://lib.ru http://school-collection.edu.ru	Урок-практикум.
Диагностика.	1		Урок-игра.
Диагностика.	1		Урок-диалог.
Диагностика.	1		Урок-диалог.
Диагностика.	1		Урок-диалог.
Диагностика.	1		Урок-практикум
Коммуникация	1		Урок-практикум
Словесные игры	1		Урок-диалог.
Решение конфликтов	1		Урок-практикум
Нет безвыходных ситуаций	1		Урок-практикум

Друзья и товарищи	1		Урок-практикум	
Личность	1		Урок-игра.	
Самооценка	1		Урок-практикум	
Как я вижу себя	1		Урок-диалог.	
Восприятие окружающих.	1		Урок-практикум	
Возрастные особенности	1		Урок-игра.	
Почему мы устаем	1		Урок-практикум	
Мотивация и деятельность	1		Урок-диалог.	
Креативность и творчество	1		Урок-практикум	
Самостоятельность.	1		Урок-диалог.	
Информация и Интернет	1		Урок-практикум	
Профессиональное будущее	1		Урок-диалог.	
ЗОЖ и зависимости	1		Урок-диалог.	
Режим дня	1		Урок-игра.	
Питание (полезно - вредно)	1		Урок-диалог.	
Время, как его беречь	1		Урок-практикум	
Навыки самообслуживания	1		Урок-диалог.	
Интеллект и познавательные способности	1		https://m.edsoo.ru/863ce8ec	Урок-практикум
Диагностика.	1			Урок-диалог.
Диагностика.	1			Урок-практикум
Диагностика.	1		Урок-игра.	
Диагностика.	1		Урок-практикум	
Диагностика.	1		Урок-практикум	
Шкала моих результатов	1		Урок-практикум	
Общее количество часов по программе	34			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Наличие блокнота для записей

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. М.:1968.
2. Вагин И.О. Как стать первым. Практический коучинг по-русски/И.Вагин, А.Глушай.- М.:ООО «Издательство АСТ»: «Издательство Астрель»: ЗАО НПП «Ермак» 2003.-288 с.
3. Вехова А.П., Кузибецкий А.Н.Жизненное самоопределение старшеклассников: педагогические условия развития. Волгоград: ВГИПК РО,2003.
4. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения//Вопросы психологии. 1994.№ 3.С.17-21.
5. Голованова Н.Ф.Социализация школьников как явление педагогическое// Педагогика.1998.№ 5.С.42-46.

6. Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или Учимся жить в современном мире. – М.: ВАКО, 2004. – 122 с. – (Педагогика. Психология. Управление).
7. Загашев И. Как решить любую проблему. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 128 с. (Серия «Школа мастера».)
8. Игры-обучение, тренинг, досуг.../Под ред. В.В. Петрусинского//В четырех книгах. – М.: Новая школа, 1994. – 368 с.
9. Истратова О.Н., Эсказито Т.В. Справочник психолога средней школы/серия «Справочники». – Ростов на/Д: «Феникс», 2003. – 512 с.
10. Лабиринты психологии. Под ред. Трушковой С.В. – М.: Издат. отдел УНЦ ДО МГУ, 1996. – 168 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

- schoolpress.ru - Журнал "Воспитание и обучение детей с нарушениями развития".
- collection.edu.ru - Сборник методических разработок для школы на российском образовательном портале Министерства образования и науки российской федерации
- psychology.net.ru – тренинги, психологические тесты, библиотека, психологический клуб.
- wiki.rdf.ru - Большая коллекция презентаций для развития психических процессов.
- festival.1september.ru - Фестиваль педагогических идей – Открытый урок
- psygorodok.org.ua Психологические методики, игры и упражнения на развитие внимания, памяти, мышления и коррекцию эмоциональной сферы личности, нарушений общения, научные и популярные статьи, книги, ссылки на полезные ресурсы по психологии.
- psihologu.info Энциклопедия школьного психолога, психологические игры и упражнения на развитие внимания, памяти, мышления и коррекцию эмоциональной сферы личности, нарушений общения, научные и популярные статьи, книги, ссылки на полезные ресурсы по психологии.
- psylesson.ru уроки психологии в школе с 1 по 11 классы. К каждому уроку прописаны: цель, задачи, ход урока, вывод, контрольные вопросы и домашнее задание.
- school-collection.edu.ru – единая коллекция ЦОРов.
- psycheya.ru – библиотека статей, текстов по психологии.
- psychology.net.ru – новости психологии, тренинги, семинары, психологические тесты, психологический форум, библиотека, психологический клуб, коллекция рефератов.
- ikprao.ru - Сетевое издание по коррекционной педагогике и специальной психологии: научно-методический журнал.
- portalschool.ru – российский образовательный портал
- <http://www.edu.ru/> - Федеральный портал «Российское образование»
- psychology.net.ru – психологические тесты, психологический форум