

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающих занятий с психологом
для обучающихся ОВЗ
7 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа занятий ориентирована на воспитание интереса к познанию себя, направлена на развитие самопознание своей психики, индивидуальных способностей. Освоение программы способствует расширению кругозора учащихся. Составлена на основе требований федеральной рабочей программы воспитания.

Программа занятий направлена на формирование обучающихся и организацию изучения основ психологии на деятельностной основе. В программе учитываются возможности учебного предмета в реализации требований ФГОС ООО к планируемым личностным и метапредметным результатам обучения, а также реализация межпредметных связей естественно-научных учебных предметов на уровне основного общего образования.

В программе определяются основные цели изучения основ психологии, планируемые результаты освоения программы по итогам изучения курса: личностные, метапредметные, предметные.

Курс развивает представления о самопознании личности, принятия своей индивидуальности и методах её познания, позволяет сформировать систему знаний о своей психики, ее функционированию и бережном отношении к ней, умения получать результаты исследования, присваивать и применять в жизненных ситуациях.

Курс обеспечивает понимание обучающимися человеческой психики ее проявлений в учебной деятельности и жизни учащихся, закладывает основы здорового образа жизни. Главным становится принцип активизации каждого обучающегося в самопознании, в самоопределении в мире профессий.

Целями изучения курса: создание условия для определения способностей учащихся с учётом их индивидуальности, а также расширение их кругозора.

Достижение целей программы обеспечивается решением следующих задач:

приобретение обучающимися знаний о закономерностях развития психики человека как биосоциальном существе, о роли психологии в практической деятельности людей; овладение умениями проводить исследования основных психических процессов и наблюдения за состоянием собственной психики; освоение приёмов работы с информацией, в том числе о современных достижениях в области современной психологии, 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 7 классе – 34 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Тема 1-6. Введение. Диагностика первичная.

Тема 7. Жажда жизни. Каждый человек – индивидуальность. Возрастные свойства человека (возраст: биологический, психологический, фаза жизни, пол). Индивидуальные свойства человека. Способности и таланты человека.

Тема 8. Механизм самоутверждения. Формирование образа Я. Открытие Я. Кто Я? Мой пол, имя, родословная, дом, семья... Какой Я? Я – физическое.

Тема 9. Сколько человеку надо? Учимся определять потребности личности. Тест на качества личности с их оценкой. Как вести наблюдение за самим собой. Как себя оценивать. Самооценка своих потребностей.

Тема 10. Ваше место в обществе. Что у нас общего? Упражнения «Выясни сходства и различия».

Тема 11. Наше общение. Я среди людей – как мы общаемся, слагаемые общения, функции общения, вербальные и невербальные формы общения, кладовая секретов общения. Я в различных жизненных ролях. Упражнения: “Угадай стиль общения”, “Алло, я вас слушаю”, “Разговор”.

Тема 12. Многоликий лидер. Кто такой лидер, каковы лидерские качества. Тест на выявление лидерских качеств.

Тема 13. Социум класса. Какие социальные роли бывают в классе. Распределение, узнавание чужих и своих ролей в социуме.

Тема 14. Какой вы? Самопознание как основа изучения человека. Я – настоящее, идеальное, глазами других. Что в имени моём. “Догадайся по словам”, “Догадайся по глазам”. Читаем человека по внешности.

Тема 15. Воля к победе. Упражнение «Степень волевого усилия в физической сфере», «Воспитание воли», «Муха».

Тема 16. Что со мной происходит? Исследуем свое взросление. Что стало легко? В чем трудности общения с родителями. Что надо понимать про себя.

Тема 17. Поверьте в себя. Каждый человек – индивидуальность. Эмоции: плач, смех, злость, радость, гнев, восторг, страх, ярость. Я в различных жизненных ролях. Упражнения: “Если вами овладела сильная эмоция”. Доверительное общение с собой.

Тема 18. Воспитание воли. Упражнения, направленные на активизацию волевого усилия.

Тема 19. С оптимизмом по жизни. Упражнения на изменение настроения. Игра «Зеркало», «Что может повлиять на ваше настроение», «Опиши настроение», «Контроль за настроением», «Как повысить настроение», «Успокой приятеля».

Тема 20. Учитесь дружить. Составление чек-листа «Идеальный друг», «Идеальный товарищ».

Тема 21. Учитесь трудиться. Составление чек-листа «Я помогаю своей семье». Урок-диалог.

Тема 22. В мире творчества. Экскурсия в кабинет лепки Лицея. Разговор о роли творчества в жизни людей.

Тема 23. Как стать знаменитым. Примеры из жизни знаменитых людей. Как через собственное дело, творчество люди стали знаменитыми.

Тема 24. Нравственная закалка. Упражнения «Наши различия», «Какая черта характера важнее». Что такое нравственная закалка, как ее получить.

Тема 25. Мои сильные и слабые стороны. Рефлексия своего характера, поведения, принятие отвергаемых черт характера. Игровые упражнения «Описание характеров», «Ваш характер», «Разговор».

Тема 26. Перемены к лучшему. Упражнение «Нарисуем свой страх», Шкала чувств: добрые, безразличные, злые. Тест тревожности Ситуация – пробы «Экстремальные ситуации».

Тест 27. Три кита успеха.

Тема 28. Как работать над собой. Тест «Насколько вы практичны и самостоятельны», «Что изменилось?». «Ваше решение».

Тема 29 - 33. Диагностика заключительная.

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА «ПОЗНАЙ СЕБЯ»

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

Личностные результаты

освоения курса должны отражать готовность обучающихся 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 курса внеурочной деятельности «Познай себя» 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 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.

2) совместная деятельность: понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной учебной задачи; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы, уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды; оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия, сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой; овладеть системой универсальных коммуникативных действий, которая обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

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 осознанно относиться к другому человеку, его мнению; 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 курса внеурочной деятельности «Познай себя» **в 7 классе:** характеризовать психологию как науку о психике человека; 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; раскрывать роль психологии в практической деятельности человека; демонстрировать на конкретных примерах связь знаний психологии 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 научно-популярную литературу по психологии, справочные материалы, ресурсы Интернета; создавать письменные и устные сообщения, используя понятийный аппарат изучаемого раздела психологии.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема	Кол-во часов	*Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы проведения занятий
1. Введение	1	http://school-collection.edu.ru http://lib.ru http://school-collection.edu.ru	Урок-практикум.
2. Диагностика	1		Урок-игра.
3. Диагностика	1		Урок-диалог.
4. Диагностика	1		Урок-диалог.
5. Диагностика	1		Урок-диалог.
6. Диагностика	1		Урок-практикум
7. Жажда жизни	1		Урок-практикум
8. Механизм самоутверждения	1		Урок-диалог.

9. Сколько человеку надо?	1		Урок-практикум	
10. Ваше место в обществе	1			
11. Наше общение	1		Урок-практикум	
12. Многоликий лидер	1		Урок-игра.	
13. Социум класса	1		Урок-практикум	
14. Какой вы?	1		Урок-диалог.	
15. Воля к победе	1			
16. Что со мной происходит?	1		Урок-игра.	
17. Поверьте в себя	1		Урок-практикум	
18. Воспитание воли	1		Урок-диалог.	
19. С оптимизмом по жизни	1		Урок-практикум	
20. Учись дружить	1		Урок-диалог.	
21. Учись трудиться	1		Урок-практикум	
22. В мире творчества	1		Урок-диалог.	
23. Как стать знаменитым	1		Урок-диалог.	
24. Нравственная закалка	1		Урок-игра.	
25. Мои сильные и слабые стороны	1		Урок-диалог.	
26. Перемены к лучшему	1		Урок-практикум	
27. Три кита успеха	1		Урок-диалог.	
28. Как работать над собой	1	https://m.edsoo.ru/863ce8ec	Урок-практикум	
29. Диагностика	1		Урок-диалог.	
30. Диагностика	1		Урок-практикум	
31. Диагностика	1		Урок-игра.	
32. Диагностика	1		Урок-практикум	
33. Диагностика	1		Урок-практикум	
34. Шкала достижений	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. Алмазова, А. А., Грибова, Матюхова, Г. П. Обучение школьников с тяжелыми нарушениями речи на основной ступени: реализация специальных дисциплин и коррекционных курсов в рамках адаптированной образовательной программы. – М. : ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики Российской академии образования». – URL: <https://ikprao.ru/metodicheskie-rekomendacii/soderzhanie-35/>

2. Вопросы оценки качества образования лиц с особыми образовательными потребностями: методическое пособие / Е. В. Перкова, И. А. Коныгина, Ю. Ю. Максимова; ГАОУДПО города Москвы «Московский центр качества образования». – Москва, 2020. – 92 с.
3. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме (утв. Минпросвещения России 28.06.2019 № МР-81/02вн) – URL: <https://docs.cntd.ru/document/563687751>
5. Методические рекомендации по проектированию дифференцированных условий образования детей с ограниченными возможностями здоровья для разных уровней образования. – М.: ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики Российской академии образования». – URL: <https://ikp-rao.ru/metodicheskie-rekomendacii/q1/>
6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.03.2016 № ВК-452/07 «О введении ФГОС ОВЗ» (вместе с «Методическими рекомендациями по вопросам внедрения федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»).
7. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с нарушениями речи. Реестр примерных основных общеобразовательных программ. – URL: <https://fgosreestr.ru/poop/primernayaadaptirovannaya-osnovnaya-obshheobrazovatel'naya-programma-nachalnogo-obshhegoobrazovaniya-obuchayushhixsya-s-tyazhelyimi-narusheniyami-rechi>
8. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития. Реестр примерных

основных общеобразовательных программ. – URL: <https://fgosreestr.ru/poop/primernaya-adaptirovannaya-osnovnaya-obshheobrazovatel'nayaprogramma-nachalnogo-obshhego-obrazovaniya-obuchayushhixsya-s-zaderzhkoj-psixicheskogorazvitiya>

8. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Реестр примерных основных общеобразовательных программ. – URL: <https://fgosreestr.ru/poop/primernaya-adaptirovannaya-osnovnaya-obshheobrazovatel'nayaprogramma-nachalnogo-obshhego-obrazovaniya-obuchayushhixsya-s-umstvennoj-otstalostyu>

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 ЦОПов.
- 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