**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ - ЧЕРЕПАНОВСКАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА-ИНТЕРНАТ**

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ, ВОСПИТАННИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА**

**«ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

Педагог-психолог Лысова О.Ф.

Черепаново, 2024 год

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА……………………………………....3

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСОВЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ)» ……5

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ)» ……………………………………..7

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ НА ИЗУЧЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ………………………………………………………………...17

2

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Коррекционноразвивающие занятия (психокоррекционные)» составлена на основе:

Коррекционный курс «Психокоррекционные з а н я т и я

(психологические)» адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития разработан в соответствии с требованиями ФГОС ООО И ФАОП ООО и с учётом адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобренной решением ФУМО по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22))

Коррекционный курс «Психокоррекционные з а н я т и я (психологические)» является обязательной частью коррекционно-развивающей области ФАОП ООО обучающихся с ЗПР. Курс реализуется врамках внеурочной деятельности посредством индивидуальных, подгрупповых и групповых занятий педагога-психолога и обеспечивается системой психолого-педагогического сопровождения обучающихся 5–9 классов, получающих образование в соответствии с ФАОП ООО обучающихсяс ЗПР. Коррекционный курс «Коррекционно-развивающие занятия (психокоррекционные)»

является обязательной частью коррекционноразвивающей области. Курс реализуется в рамках внеурочной деятельности посредством индивидуальных, подгрупповых и групповых занятий педагога- психолога и обеспечивается системой психолого- педагогического сопровождения.

Педагог-психолог осуществляет психологическую помощь,направленную на преодоление трудностей в развитии познавательных процессов, эмоционально- личностной, коммуникативной и регулятивной сфер, а также профилактику отклоняющегося поведения обучающихся с ЗПР. В ходе психолого-педагогического сопровождения проводится работа по формированию социально-ориентированной, конкурентоспособной, творческой личности, способной к самоопределению, саморегуляции, самопознанию, саморазвитию.

Педагог-психолог работает в тесном сотрудничестве с другими специалистами сопровождения (учителем-логопедом, учителем- дефектологом), что обеспечивает комплексный подход в решении трудностей обучающегося с ЗПР. Проведение коррекционно-развивающих занятий обеспечивает реализацию возрастных и индивидуальных возможностей психофизического развития обучающихся с ЗПР посредством индивидуализации содержания курса с учетом особых образовательных потребностей.

Программа коррекционного курса «Коррекционно-развивающие занятия (психокоррекционные)» направлена на развитие личности подростка, его коммуникативных и социальных компетенций, гармонизацию его взаимоотношений с социумом.

Организация коррекционно-развивающей работы предполагает проведение занятий в подгруппах от 2 до 10 человек продолжительностью 30 - 40 минут и периодичностью 2 раза в неделю групповых занятий м одно индивидуальное.

**Цель программы:** развитие и коррекция познавательной, личностной, эмоциональной, коммуникативной, регулятивной сфер обучающегося, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

# Задачи:

* формирование учебной мотивации, стимуляция развития познавательных процессов;

**3**

* коррекция недостатков осознанной саморегуляции познавательной деятельности, эмоций и поведения, формирование навыков самоконтроля;
* гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки;
* развитие личностного и профессионального самоопределения, формирование целостного «образа Я»;
* развитие различных коммуникативных умений, приемов конструктивного общения и навыков сотрудничества;
* стимулирование интереса к себе и социальному окружению;
* развитие продуктивных видов взаимоотношений с окружающими сверстниками и взрослыми;
* предупреждение школьной и социальной дезадаптации;
* становление сферы жизненных компетенций.

Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста - общение.

4

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

**«КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ)»**

В результате изучения модуля **«Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** обучающийся научится и будет (сможет):

* уметь планировать свою деятельность и следовать плану, контролировать и корректировать свои действия при необходимости;
* самостоятельно определять цели и задачи собственной деятельности;
* осуществлять промежуточный и итоговый контроль результата деятельности, объективно оценивать собственные достижения;
* регулировать проявление собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации;
* сдерживать проявление негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, дискуссии, учебного спора;
* владеть техниками контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, уметь минимизировать волнение;
* уметь прилагать волевые усилия при трудностях в учебной работе, в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы, при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена;
* сохранять устойчивость социально приемлемой позиции в ситуациях негативного воздействия со стороны окружающих.

В результате изучения модуля **«Формирование личностного самоопределения»**

обучающийся научится и будет (сможет):

* демонстрировать мотивацию к самопознанию, потребность к саморазвитию;
* иметь представление о своих личностных особенностях;
* иметь развернутое представление о социальных ролях в обществе, различных моделях поведения в соответствии с этими ролями, правилах и нормах поведения;
* оценивать свои возможности, осознавать собственные склонности, интересы и увлечения;
* оценивать себя и свои поступки с учетом общепринятых социальных норм и правил;
* выстраивать с помощью взрослого жизненную перспективу, жизненные планы, включающие последовательность целей и задач в их взаимосвязи;
* ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику различным профессиям, актуальным для современного рынка труда;
* иметь представления о собственных профессиональных склонностях, способностях и профессиональном потенциале;
* знать об ограничениях при выборе профессии, учитывать ограниченияпрофессиональной пригодности при выборе будущей профессии;
* иметь конкретные реалистичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
* с помощью взрослого выбирать и выстраивать дальнейшую индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

В результате изучения модуля **«Развитие коммуникативной**

**деятельности»** обучающийся научится и будет (сможет):

* владеть навыками конструктивного общения;
* использовать вербальные и невербальные средства общения адекватные социально- эмоциональному контексту ситуации;

5

* выстраивать коммуникацию в разных жизненных ситуациях с учетом статуса, возраста, социальной роли и особенностей собеседника;
* владеть навыками эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях;
* конструктивно и корректно доносить свою позицию до других участников коммуникации;
* критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
* самостоятельно организовывать совместную деятельность в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его);
* находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учета интересов участников группы.

6

# П.СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «КОРРЕКЦИОННО- РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ)»

Программа коррекционного курса «Коррекционно-развивающие занятия (психокоррекционные)» строится по модульному принципу и предусматривает гибкость содержательного наполнения модулей и конкретных тем.

Каждый модуль представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике с постепенным усложнением и включением новых тем, ориентированную на развитие дефицитарных психических функций обучающихся с ЗПР в соответствии с направленностью соответствующего модуля.

В соответствии с целями и задачами коррекционного курса «Коррекционно- развивающие занятия (психокоррекционные)» выделяются следующие модули и разделы программы.

**Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** состоит из разделов *«Развитие регуляции познавательных процессов»* и *«Развитие саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний»* и направлен на формирование у обучающихся с ЗПР произвольной регуляции поведения, учебной деятельности и собственных эмоциональных состояний.

В процессе коррекционно-развивающих занятий происходит развитие способности управлять собственными психологическими состояниями, а также поступками и действиями. Проводится работа над способностью самостоятельно выполнять действия по усвоенной программе, самостоятельно выполнять действия по внутренней программе и переносить ее на новый материал. Большое внимание уделяется также развитию регуляции собственного поведения и эмоционального реагирования. Формируется способность понимать и различать чужие эмоциональные состояния, проявлять адекватные эмоции в ситуации общения в различных статусно-ролевых позициях, развивается умение определять конкретные цели своих поступков, искать и находить адекватные средства достижения этих целей.

**Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»** состоит из разделов

*«Развитие личностного самоопределения»* и *«Развитие профессионального самоопределения»* и направлен на осознание и принятие своих индивидуальных личностных особенностей, позитивное реалистичное отношение к себе, первичное определение своей жизненной стратегии в части профессионального самоопределения и обучения.

Значимым в коррекционно-развивающей работе является развитие осознания и принятия общепринятых жизненных ценностей и нравственных норм, умения анализировать социальные ситуации, принимать обдуманные, взвешенные решения, нести ответственность за свои поступки. В процессе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию способности к осознанию себя как социального субъекта, умения адекватно воспринимать себя и свои действия, поступки других людей, видеть перспективу развития социальной ситуации и оценивать уже свершившиеся события, выстраивать жизненную перспективу, жизненные планы.

**Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности» состоит из** разделов *«Развитие коммуникативных навыков»* и *«Развитие навыков сотрудничества»* и направлен на развитие навыков личностного общения со сверстниками и навыков продуктивной коммуникации в социальномокружении.

Важным в коррекционно-развивающей работе является развитие своевременной и точной ориентировки в ситуации взаимодействия, адекватной включенности в ситуацию

7

общения, способности проявлять гибкость вобщении, умения адекватно выстраивать коммуникацию в разных статусно- ролевых позициях. Для развития эффективного коммуникативного процесса в подростковом возрасте имеет значение развитие чувствительности к вербальной и невербальной экспрессии собеседника, способность проявлять гибкость ролевых позиций в процессе общения, динамично меняя их в соответствии с поведением собеседников и с контекстом ситуации общения. На занятиях происходит также формирование умения уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя к агрессии или пассивно-зависимому поведению. В процессе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию навыков продуктивного взаимодействия с социальным окружением, расширению вариантов эффективных поведенческих стратегий, готовности к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в учебных и внеучебных ситуациях. Важными являются также умения анализировать социальный и эмоциональный контексты коммуникативной ситуации, выбирать адекватную стратегию поведения в условиях конфликта, учитывать позицию и интересы партнера по совместной деятельности, эффективно взаимодействовать с социальным окружением.

8

# Основное содержание коррекционного курса «Коррекционно-развивающие занятия (психокоррекционные)»

**по годам обучения 5 КЛАСС**

*(первый год обучения на уровне основного общего образования)* **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

*Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»*

Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели.

Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию. Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов. Отработка навыка следования словесной инструкции.

Удержание последовательности действий на основании следования, инструкции. Удержание в умственном планеусловий выполнения задания, с сохранением их до конца работы (упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием).

Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (копирование сложной фигуры). Планирование этапов выполнения задания. Отработка поэлементного выполнения программы. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого. Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка правильности выполнения задания на основе сличения с конечным результатом. Представление словесного отчета по результатам выполнения задания.

*Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. Различение мимики, жестов, позы, интонации.

Противоречивые эмоции, анализ внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации. Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния. Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций. Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний, со способами управления проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации.

Способность прилагать волевое усилие при выполнении заданий. Моделирование социальноприемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, простые способы регуляции своего поведения.

# Модуль «Формирование личностного самоопределения»

*Раздел «Развитие личностного самоопределения»*

Знакомство с базовыми навыками самопрезентации. Основные социальные роли, их разнообразие в жизни человека. Личная ответственность и обязанности по отношению к семье и обществу. Отработка навыков самооценивания в моделируемых ситуациях (учебные ситуации), выделение сильных сторон и положительных качеств личности.

Знакомство с навыками критичного оценивания результатов своей деятельности.

*Раздел «Развитие профессионального самоопределения»*

Значение профессиональной деятельности в жизни человека. Первичные представления о мире профессий. Определение и словесное обозначение собственных желаний и возможностей в сфере профессий. Соотнесение своих желаний и возможностей с направлениями профессиональной деятельности.

9

# Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»

*Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения.

Отработка использования позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения. Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения. Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению. Отработка навыков установления и поддержания продуктивного коммуникативного контакта в моделируемых ситуациях. Способы передачи информации между собеседниками. Знакомство с навыками активного слушания. Отработка приемов поддержания беседы.

*Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Знакомство с правилами совместной работы в группе. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях.

# 6 КЛАСС

*(второй год обучения на уровне основного общего образования)*

# Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»

***Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»***

Отработка способов ориентировки в задании. Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого. Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий.

Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала). Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого. Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе. Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.

Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»

Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем. Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения, мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения. Соотнесение физических проявлений с конкретными эмоциями в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Позитивные и негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности. Отработка различных приемов релаксации. Знакомство с основными техниками и приемами регуляции эмоций.

Способность совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе. Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

# Модуль «Формирование личностного самоопределения»

***Раздел «Развитие личностного самоопределения»***

Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. Различение положительных и отрицательных качеств и черт характера на примере вымышленных и реальных персонажей. Отработка навыков оценивания собственных качеств и черт характера. Общая характеристика задатков и склонностей

10

человека.

***Раздел «Развитие профессионального самоопределения»***

Разнообразие профессий в современном мире, основные направления профессиональной деятельности. Первичное представление о понятии «карьера». Значение склонностей и познавательных способностей при определении направления профессиональной деятельности. Определение и первичный анализ своих склонностей и познавательных способностей.

# Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»

*Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях.

Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. Отработка навыков ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему. Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. Представление собственной позиции социально приемлемыми способами.

*Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Организация учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Отработка навыков поддержания совместной работы и конструктивного взаимодействия. Уточнение недостающей информации в процессе совместной деятельности с помощью вопросов в моделируемых ситуациях. Принятие различных точек зрения в ходе совместной работы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов в ходе совместной деятельности.

**7 КЛАСС**

*(третий год обучения на уровне основного общего образования)*

# Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»

*Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»*

Самостоятельная оценка условий, необходимых для выполнения задачи.

Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач (параллельные ряды). Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила. Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий. Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе. Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания.

*Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций. Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными ощущениями. Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций.

Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях. Признаки состояний утомления и пресыщения. Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Отработка способов снижения волнения и уровня

11

тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы), выделение наиболее предпочтительных и эффективных.

# Модуль «Формирование личностного самоопределения»

*Раздел «Развитие личностного самоопределения»*

Определение и вербальная характеристика своих личностных особенностей.

Знакомство с понятием «уровень притязаний», связь уровня притязаний с и реальными возможностями. Определение своего уровня притязаний и соотнесение его с собственными способностями и возможностями. Представление об ответственном поведении, выборе способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения. Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. Социальные роли в современном обществе, различные модели поведения в соответствии с этими ролями, правила и нормы поведения. Знакомство с понятием жизненного плана и его временной перспективы.

*Раздел «Развитие профессионального самоопределения»*

Краткая характеристика основных направлений профессиональной деятельности, определение соответствующих им профессий.Профессиональная направленность личности, определение собственной профессиональной направленности. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Карьера как профессиональный путь в жизни человека.

Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности. Соотнесение своих способностей и возможностей с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности, построение плана саморазвития на этой основе.

# Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»

*Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Отработка навыков активного слушания, полного и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации. Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его реализации в общении. Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения. Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише. Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции. Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции.

*Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого.

Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата. Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях.

# КЛАСС

*(четвертый год обучения на уровне основного общего образования)*

# Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»

12

*Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»* Самостоятельное определение цели и задачи деятельности, последовательность действий в краткосрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Организация своей деятельности при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи). Самостоятельное планирование этапов своей деятельности. Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках индивидуальной и групповой работы.

Отработка навыков оценки результатов своей деятельности,результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе.

*Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях. Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний. Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации. Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта. Способность сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества. Ориентация на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения. Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат.

# Модуль «Формирование личностного самоопределения»

*Раздел «Развитие личностного самоопределения»*

Соотнесение уровня притязаний со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями. Способность противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. Отработка способов поведения в провокационных ситуациях под контролем взрослого. Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. Временная перспектива жизни, выстраивание событий прошлого, настоящего и будущего в единую линию с учетом связей, последствий и перспектив.

*Раздел «Развитие профессионального самоопределения»*

Профессии, актуальные для современного рынка труда. Первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности. Профессиональная направленности личности и ее структура.

Профессиональные склонности и профессиональный потенциал. Профессиональная пригодность, ограничения при выборе профессии. Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.

# Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»

*Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Отработка навыков ведения конструктивного диалога. Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии, корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно). Позиции восприятия и осмысление коммуникативной ситуации. Отработка умения договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения. Уважительное отношение к партнерам по общению, внимание к личности другого в процессе общения.

*Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

13

Конфликт: причины, виды, структура. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества.

Компромисс как решение конфликтных ситуаций. Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения в группе. Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

# КЛАСС

*(пятый год обучения на уровне основного общего образования)*

# Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»

*Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»*

Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач. Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи. Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе (как в процессе ее реализации, так и после завершения). Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого. Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы).

*Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора. Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации. Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена.

# Модуль «Формирование личностного самоопределения»

*Раздел «Развитие личностного самоопределения»*

Индивидуальные возможности, склонности, интересы и увлечения, их оценка. Выстраивание с помощью взрослого жизненной перспективы, жизненных планов. Планирование путей и средств достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей. Соотнесение своих поступков с общепринятыми нравственными ценностями, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам. Начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях. Отработка навыков противостояния вовлечениюв финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.

*Раздел «Развитие профессионального самоопределения»*

Перспективы профессионального образования и будущей профессиональной деятельности, их конкретность и реалистичность по отношению к собственной жизненной перспективе. Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии. Выбор

14

и выстраивание с помощью взрослого дальнейшей индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

# Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»

*Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Закрепление навыков конструктивного общения. Отработка умения выдвигать контраргументы в дискуссии, перефразировать свою мысль. Понимание системы взглядов и интересов другого. Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции, умения критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно) и корректировать его.

*Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях. Отработка умения договариваться в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях. Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности. Закрепление навыков организации совместной деятельности в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его).

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями подростка с ЗПР. Учитывая характерные для таких школьников сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, сниженные возможности эмоциональной саморегуляции, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и бланковых материалов, а также предусматривает наличие динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагаетпоследовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности подростка с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает рефлексию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействуются активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии и тренинговых занятий.

Диагностическое направление работы предполагает получение своевременной информации об индивидуально-психологических особенностях и динамике развития подростков с ЗПР, позволяет оценивать результаты освоения обучающимися коррекционно-развивающего курса. Диагностика проводится с использованием стандартизированных психодиагностических методик, анкетирования, психодиагностического наблюдения и анализа продуктов деятельности обучающихся.

При оценке уровня произвольной регуляции следует обращать внимание на сформированность таких показателей, как: способность к осознанному планированию

15

своей деятельности, выдвижению и удержанию ее целей; способность определять значимые условия для осуществления деятельности; способность к самоконтролю в процессе выполнения задания и при оценке результата; способность адекватно оценивать результат своей деятельности. Также необходимо оценивать степень самостоятельности при выполнении задания, эффективность оказываемой взрослым дозированной помощи.

При оценке эмоциональной сферы подростков необходимо учитывать ее общую неустойчивость и высокий уровень ситуативной тревожности, характерный для обучающихся данного возраста. Показателями особенностей развития эмоциональной сферы являются общее эмоциональное состояние и настроение, склонность к аффективному поведению, стрессоустойчивость, уровень эмпатии, выраженность агрессивности и личностной тревожности.

При определении особенностей развития личности подростков следует оценить характерологические особенности и выраженность акцентуаций характера, уровень и структуру самооценки, ценностные ориентации, иерархию потребностей личности, уровень притязаний и уровеньсубъективного контроля. Для выявления профессионального самоопределения личности необходимо определить общую направленность личности подростка, его профессиональные склонности и интересы, мотивы выбора профессии, профессиональный тип личности, а также тип мышления.

При оценке особенностей развития коммуникативной сферы важно обращать внимание на уровень общительности, развитие коммуникативных умений, уровень коммуникативных и организаторских способностей, тип поведения в конфликте, а также учитывать явления, характерные для малой группы (социальный статус в группе сверстников, оценочные отношения членов группы, преобладающий тип отношений к окружающим).

16

# Ш.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ НА ИЗУЧЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

**5класс** (68 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п**  **/п** | **Тема** | **Количество академических часов** |
| **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** | | |
| 1. | **Диагностика**  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой)  Изучение периода адаптации учащихся по методике Александровской в 5 классах  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик  Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.)  Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения  школьной мотивации" Н.Г. Лускановой | 2 ч |
| *Раздел «Адаптация учащихся 5 класса к условиям обучения в средней школе»* | | |
| 2 | Я - ты - группа | 1 ч |
| 3 | Мы - пятиклассники! | 1 ч |
| 4 | Мы - исследователи! | 1 ч |
| 5 | День пятиклассника | 1 ч |
| 6 | Такие разные школы: начальная и средняя | 1 ч |
| 7 | Личное пространство | 1 ч |
| 8 | Нравится - не нравится в средней школе | 1 ч |
| 9 | Конфликт? Отлично! | 1 ч |
| *Раздел «Развитиерегуляции познавательных процессов»* | | |
| 10 | Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели. | 1 ч |
| 11 | Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию. | 2 ч |
| 12 | Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов. | 1 ч |
| 13 | Отработка навыка следования словесной инструкции. | 1 ч |
| 14 | Удержание последовательности действий на основании следования, инструкции. | 1 ч |
| 15 | Удержание в умственном плане условий выполнения задания, с сохранением их до конца работы (упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием). | 2 ч |

17

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16 | Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (копирование сложной фигуры). | 1 ч |
| 17 | Планирование этапов выполнения задания. | 1 ч |
| 18 | Отработка поэлементного выполнения программы. | 1 ч |
| 19 | Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого. | 1 ч |
| 20 | Отработка навыков промежуточного контроля. | 1 ч |
| 21 | Оценка правильности выполнения задания на основе сличения с конечным результатом. | 1 ч |
| 22 | Представление словесного отчета по результатам выполнения задания. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»* | | |
| 23 | Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. | 1 ч |
| 24 | Различение мимики, жестов, позы, интонации. | 1 ч |
| 25 | Противоречивые эмоции, анализ внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации. | 2 ч |
| 26 | Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния. | 1 ч |
| 27 | Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций. | 1 ч |
| 28 | Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний, со способами управления проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации. | 2 ч |
| 29 | Способность прилагать волевое усилие при выполнении заданий. | 1 ч |
| 30 | Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, простые способы регуляции своего | 1 ч |
|  | поведения. |  |
| 31 | **Диагностика**  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой)  Изучение периода адаптации учащихся по методике Александровской в 5 классах  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик  Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.)  Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения  школьной мотивации" Н.Г. Лускановой | 2 ч |
| **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**    18 | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 32 | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн Социометрия  Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой | 2 ч |
| *Раздел «Развитие личностного самоопределения»* | | |
| 33 | Знакомство с базовыми навыками самопрезентации. | 1 ч |
| 34 | Основные социальные роли, их разнообразие в жизни человека. | 1 ч |
| 35 | Личная ответственность и обязанности по отношению к семье и обществу. | 1 ч |
| 36 | Отработка навыков самооценивания в моделируемых ситуациях (учебные ситуации), выделение сильных сторон и положительных качеств личности. | 2 ч |
| 37 | Знакомство с навыками критичного оценивания результатов своей деятельности. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие профессионального самоопределения»* | | |
| 38 | Значение профессиональной деятельности в жизни человека. | 1 ч |
| 39 | Первичные представления о мире профессий. | 1 ч |
| 40 | Определение и словесное обозначение собственных желаний и возможностей в сфере профессий. | 2 ч |
| 41 | Соотнесение своих желаний и возможностей с направлениями профессиональной деятельности. | 1 ч |
| 42 | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн Социометрия  Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой | 2 ч |
| **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»** | | |
| 43 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел  Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (О.А. Сычев, ТО. Гордеева, М.В. Лункина, Е.Н. Осин, А.Н. Сиднева на основе опросника MSLSS Е.С. Хюбнера). Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки)  Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис адаптация А.М. Прихожан | 2 ч |
| *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»* | | |
| 44 | Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения. | 1 ч |

19

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 45 | Отработка использования позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения. | 1 ч |
| 46 | Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения. | 2 ч |
| 47 | Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению. | 1 ч |
| 48 | Отработка навыков установления и поддержания продуктивного коммуникативного контакта в моделируемых ситуациях. | 1 ч |
| 49 | Способы передачи информации между собеседниками. | 1 ч |
| 50 | Знакомство с навыками активного слушания. | 1 ч |
| 51 | Отработка приемов поддержания беседы. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»* | | |
| 52 | Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. | 1 ч |
| 53 | Знакомство с правилами совместной работы в группе. | 1 ч |
| 54 | Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях. | 1 ч |
| 55 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел  Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (О.А. Сычев, Т.О. Гордеева, М.В. Лункина, Е.Н. Осин, А.Н. Сиднева на основе опросника MSLSS Е.С. Хюбнера). Диагностика состояния агрессии (опросник Басса- Дарки) Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис Адаптация А.М. Прихожан | 2 ч |

# класс (68 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема** | **Количество академических часов** |
| **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** | | |
| 1 | **Диагностика**   * Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера,выполненный А.Д. Андреевой) * Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик * Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.) * Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения   школьной мотивации" Н.Г. Лускановой | 2 ч |
| *Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»*  20 | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2 | Отработка способов ориентировки в задании. | 1 ч |
| 3 | Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого. | 1 ч |
| 4 | Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий. | 2 ч |
| 5 | Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала). | 2 ч |
| 6 | Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. | 2 ч |
| 7 | Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого. | 2 ч |
| 8 | Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе. | 2 ч |
| 9 | Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания. | 2 ч |
| *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»* | | |
| 10 | Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем. | 1 ч |
| 11 | Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения, мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения. | 2 ч |
| 12 | Соотнесение физических проявлений с | 2 ч |
|  | конкретными эмоциями в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. |  |
| 13 | Позитивные и негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности. | 2 ч |
| 14 | Отработка различных приемов релаксации. | 2 ч |
| 15 | Знакомство с основными техниками и приемами регуляции эмоций. | 2 ч |
| 16 | Способность совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе. | 2 ч |
| 17 | Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы). | 2 ч |

21

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 18 | **Диагностика**   * Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера,выполненный А.Д. Андреевой) * Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик * Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.) * Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения   школьной мотивации" Н.Г. Лускановой | 2 ч |
| **Модуль «Формирование личностного самоопределения»** | | |
| 19 | **Диагностика**   * Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов * Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн * Социометрия * Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой | 2 ч |
| *Раздел «Развитие личностного самоопределения»* | | |
| 20 | Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. | 2 ч |
| 21 | Различение положительных и отрицательных качеств и черт характера на примере вымышленных и реальных персонажей. | 2 ч |
| 22 | Отработка навыков оценивания собственных качеств и черт характера. | 2 ч |
| 23 | Общая характеристика задатков и склонностей человека. | 2 ч |
| *Раздел «Развитие профессионального самоопределения»* | | |
| 24 | Разнообразие профессий в современном мире, основные направления профессиональной деятельности. | 1 ч |
| 25 | Первичное представление о понятии «карьера». | 1 ч |
|  | Значение склонностей и познавательных способностей при определении направления профессиональной деятельности. | 2 ч |
| 26 | Определение и первичный анализ своих склонностей и познавательных способностей. | 2 ч |
| 27 | **Диагностика**   * Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов * Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн * Социометрия * Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой | 2 ч |
| **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**  22 | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 28 | **Диагностика**   * Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел * Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (О.А. Сычев, Т.О. Гордеева, М.В. Лункина, Е.Н. Осин, А.Н. Сиднева на основе опросника MSLSS Е.С. Хюбнера). * Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) * Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис адаптация А.М. Прихожан * Социометрия | 2 ч |
| *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»* | | |
| 29 | Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях. | 2 ч |
| 30 | Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. | 2 ч |
| 31 | Отработка навыков ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему. | 1 ч |
| 32 | Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. | 2 ч |
| 33 | Представление собственной позиции социально приемлемыми способами. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»* | | |
| 34 | Организация учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. | 1 ч |
| 35 | Отработка навыков поддержания совместной работы и конструктивного взаимодействия. | 1 ч |
| 36 | Уточнение недостающей информации в процессе  совместной деятельности с помощью вопросов в моделируемых ситуациях. | 1 ч |
| 37 | Принятие различных точек зрения в ходе совместной работы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. | 1 ч |
| 38 | Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов в ходе совместной деятельности. | 1 ч |

23

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 39 | **Диагностика**   * Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел * Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (О.А. Сычев, Т.О. Гордеева, М.В. Лункина, Е.Н. Осин, А.Н. Сиднева на основе опросника MSLSS Е.С. Хюбнера). * Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) * Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис адаптация А.М. Прихожан * Социометрия | 2 ч |

# класс (68 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема** | **Количество академических часов** |
| **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** | | |
| 1 | **Диагностика**  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой)  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик Опросник "Саморегуляция" для педагогов А.К. Осницкий Опросник Р. Гудмана  «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.)  Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения школьной мотивации" Н.Г. Лускановой | 2 ч |
| *Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»* | | |
| 2 | Самостоятельная оценка условий, необходимых для выполнения задачи. | 1 ч |
| 3 | Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач (параллельные ряды). | 1 ч |
| 4 | Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила. | 1 ч |
| 5 | Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий. | 1 ч |
| 6 | Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. | 1 ч |
|  | Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе. | 1 ч |
| 7 | Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания. | 2 ч |
| *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»* | | |
| 8 | Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций.  23 | 1 ч |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 9 | Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными ощущениями. | 1 ч |
| 10 | Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций. | 2 ч |
| 11 | Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях. | 2 ч |
| 12 | Признаки состояний утомления и пресыщения. | 1 ч |
| 13 | Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. | 2 ч |
| 14 | Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. | 2 ч |
| 15 | Отработка способов снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы), выделение наиболее предпочтительных и эффективных. | 2 ч |
| 16 | **Диагностика**  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой)  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик Опросник "Саморегуляция" для педагогов А.К. Осницкий Опросник Р. Гудмана  «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.)  Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения школьной мотивации" Н.Г. Лускановой | 2 ч |
| **Модуль «Формирование личностного самоопределения»** | | |
| 17 | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн | 2 ч |
|  | Социометрия  Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой |  |
| *Раздел «Развитие личностного самоопределения»* | | |
| 18 | Определение и вербальная характеристика своих личностных особенностей. | 1 ч |
| 19 | Знакомство с понятием «уровень притязаний», связь уровня притязаний с и реальными возможностями. | 1 ч |
| 20 | Определение своего уровня притязаний и соотнесение его с собственными способностями и возможностями. | 2 ч |

24

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 21 | Представление об ответственном поведении, выборе способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения. | 1 ч |
| 22 | Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. | 2 ч |
| 23 | Социальные роли в современном обществе, различные модели поведения в соответствии с этими ролями, правила и нормы поведения. | 2 ч |
| 24 | Знакомство с понятием жизненного плана и его временной перспективы. | 1ч |
| *Раздел «Развитие профессионального самоопределения»* | | |
| 25 | Краткая характеристика основных направлений профессиональной деятельности, определение соответствующих им профессий. | 1 ч |
| 26 | Профессиональная направленность личности, определение собственной профессиональной направленности. | 2 ч |
| 27 | Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. | 2 ч |
| 28 | Карьера как профессиональный путь в жизни человека. | 1 ч |
| 29 | Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности. | 1 ч |
| 30 | Соотнесение своих способностей и возможностей с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности, построение плана саморазвития на этой основе. | 1 ч |
| 31 | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн | 2 ч |
|  | Социометрия  Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой |  |
| **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»** | | |
| 32 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел  Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (О.А. Сычев, ТО. Гордеева, М.В. Лункина, Е.Н. Осин, АН. Сиднева на основе опросника MSLSS Е.С. Хюбнера). Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис  адаптация А.М. Прихожан Социометрия  25 | 2 ч |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»* | | |
| 33 | Отработка навыков активного слушания, полного и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации. | 2 ч |
| 34 | Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его реализации в общении. | 2 ч |
| 35 | Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения. | 1 ч |
| 36 | Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише. | 1 ч |
| 37 | Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции. | 1 ч |
| 38 | Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. | 2 ч |
| 39 | Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»* | | |
| 40 | Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. | 2 ч |
| 41 | Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. | 1 ч |
| 42 | Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого. | 1 ч |
| 43 | Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата. | 1 ч |
| 44 | Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях. | 2 ч |
| 45 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел  Многомерная шкала удовлетворенности жизнью школьников (О.А. Сычев, ТО. Гордеева, М.В. Лункина, Е.Н. Осин, А.Н. Сиднева на основе опросника MSLSS Е.С. Хюбнера). Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис адаптация А.М. Прихожан Социометрия | 2 ч |

# класс (68 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема** | **Количество академических часов** |

26

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** | | |
| 1 | **Диагностика**  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой)  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик Шкала социально- психологическойадаптированности (СПА) К. Роджерс, Р. Даймондом, адапт. Т.В. Снегиревой Опросник "Саморегуляция" для педагогов А.К. Осницкий Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.)  Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения школьной мотивации" Н.Г. Лускановой Тест-опросник А.В.Зверькова и  Е.В.Эйдмана «Исследование волевой регуляции» | 2 ч |
| *Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»* | | |
| 2 | Самостоятельное определение цели и задачи деятельности, последовательность действий в краткосрочной перспективе при выполнении познавательных задач. | 1 ч |
| 3 | Организация своей деятельности при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи). | 2 ч |
| 4 | Самостоятельное планирование этапов своей деятельности. | 1 ч |
| 5 | Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках индивидуальной и групповой работы. | 2 ч |
| 6 | Отработка навыков оценки результатов своей  деятельности, результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе. | 2 ч |
| *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»* | | |
| 7 | Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях. | 2 ч |
| 8 | Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний. | 2 ч |
| 9 | Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации.  27 | 2 ч |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 10 | Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта. | 1 ч |
| 11 | Способность сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества. | 2 ч |
| 12 | Ориентация на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения. | 1 ч |
| 13 | Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат. | 2 ч |
| 14 | **Диагностика**  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой)  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик Шкала социально- психологическойадаптированности (СПА) К. Роджерс, Р. Даймондом, адапт. Т.В. Снегиревой Опросник "Саморегуляция" для педагогов А.К. Осницкий Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др.)  Модифицированная анкета мотивации "Анкета для определения  школьной мотивации" Н.Г. Лускановой Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Исследование волевой регуляции» | 2 ч |
| **Модуль «Формирование личностного самоопределения»** | | |
| 15 | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. | 2 ч |
|  | Ясюковой  Методика исследования тревожности Спилберга Ч.Д. |  |
| *Раздел «Развитие личностного самоопределения»* | | |
| 16 | Соотнесение уровня притязаний со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями. | 1 ч |
| 17 | Способность противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. | 1 ч |
| 18 | Отработка способов поведения в провокационных ситуациях под контролем взрослого. | 2 ч |
| 19 | Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. | 2 ч |

28

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 20 | Временная перспектива жизни, выстраивание событий прошлого, настоящего и будущего в единую линию с учетом связей, последствий и перспектив. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие профессионального самоопределения»* | | |
| *21* | Профессии, актуальные для современного рынка труда. | 1 ч |
| *22* | Первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности. | 1 ч |
| *23* | Профессиональная направленности личности и ее структура. | 2 ч |
| *24* | Профессиональные склонности и профессиональный потенциал. | 2 ч |
| *25* | Профессиональная пригодность, ограничения при выборе профессии. | 1 ч |
| *26* | Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения. | 2 ч |
| *27* | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой Методика исследования тревожности Спилберга Ч.Д. | 2 ч |
| **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»** | | |
| 28 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел  Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) Методика  Томаса - Килманна  Тест Ряховского Социометрия | 2 ч |
| *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»* | | |
| 29 | Отработка навыков ведения конструктивного диалога. | 2 ч |
| 30 | Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии, корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно). | 2 ч |
| 31 | Позиции восприятия и осмысление коммуникативной ситуации.  29 | 1 ч |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 32 | Отработка умения договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения. | 2 ч |
| 33 | Уважительное отношение к партнерам по общению, внимание к личности другого в процессе общения. | 1 ч |
| *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»* | | |
| 34 | Конфликт: причины, виды, структура. | 2 ч |
| 35 | Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. | 2 ч |
| 36 | Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. | 1 ч |
| 37 | Компромисс как решение конфликтных ситуаций. | 1 ч |
| 38 | Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях под руководством взрослого. | 2 ч |
| 39 | Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения в группе. | 2 ч |
| 40 | Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом. | 2 ч |
| 41 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел  Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) Методика  Томаса - Килманна Тест Ряховского Социометрия | 2 ч |

# класс (66 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема** | **Количество академических часов** |
| **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** | | |
| 1 | **Диагностика**  Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик Опросник Р. Гудмана  «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др. Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Исследование волевой регуляции»  Опросник «Стиль саморегуляции поведения-98» - ССП-98 ( Моросанова  В.И) | 2 ч |
| *Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»* | | |

30

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 2 | Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач. | 1 ч |
| 3 | Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач. | 1 ч |
| 4 | Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи. | 2 ч |
| 5 | Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе (как в процессе ее реализации, так и после завершения). | 2 ч |
| 6 | Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого. | 2 ч |
| 7 | Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы). | 2 ч |
| *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»* | | |
| 8 | Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора. | 2 ч |
| 9 | Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. | 2 ч |
| 10 | Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. | 2 ч |
| 11 | Знакомство со способами профилактики стрессовых | 2 ч |
|  | состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации. |  |
| 12 | Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. | 2 ч |
| 13 | Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена. | 2 ч |
| 14 | **Диагностика**  Модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой  Методика диагностики эмоционального отношения к учению (модифиц. опросник Ч.Д. Спилбергера, выполненный А.Д. Андреевой  Цветовой тест Люшера в адаптации Л.Н. Собчик Опросник Р. Гудмана  «Сильные стороны и трудности» (Адаптация Слободская Е.Р. и др. Тест-опросник А.В.Зверькова и Е.В.Эйдмана «Исследование волевой регуляции»  Опросник «Стиль саморегуляции поведения-98» - ССП-98 ( Моросанова  В.И)  31 | 2 ч |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Модуль «Формирование личностного самоопределения»** | | |
| 15 | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой Методика исследования тревожности Спилберга Ч.Д. Методика исследования самоотношенияС.Р.Пантелеев Методика изучения профессиональной направленности. Методика Дж. Г олланда, модификация А. А. Азбель, при участии А.Г. Грецова  Методика изучения статусов профессиональной идентичности  (А.А. Азбель, А.Г. Грецов) | 2 ч |
| *Раздел «Развитие личностного самоопределения»* | | |
| 16 | Индивидуальные возможности, склонности, интересы и увлечения, их оценка. Выстраивание с помощью взрослого жизненной перспективы, жизненных планов. | 2 ч |
| 17 | Планирование путей и средств достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей. | 2 ч |
| 18 | Соотнесение своих поступков с общепринятыми нравственными ценностями, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам. | 2 ч |
| 19 | Начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях. | 2 ч |
| 20 | Отработка навыков противостояния вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях. | 2 ч |
| *Раздел «Развитие профессионального самоопределения»* | | |
| *21* | Перспективы профессионального образования и будущей профессиональной деятельности, их конкретность и реалистичность по отношению к собственной жизненной перспективе. | 2 ч |
| *22* | Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии. | 2 ч |
| *23* | Выбор и выстраивание с помощью взрослого дальнейшей индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов. | 2 ч |

32

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *24* | **Диагностика**  Дифференциально-диагностический опросник (ДДО). Е.А. Климов Методика самооценки и уровня притязаний Дембо- Рубинштейн Личностный опросник Кеттелла в модификация Л.А. Ясюковой Методика исследования тревожности Спилберга Ч.Д. Методика исследования самоотношенияС.Р.Пантелеев Методика изучения профессиональной направленности. Методика Дж. Г олланда, модификация А. А. Азбель, при участии А.Г. Грецова  Методика изучения статусов профессиональной идентичности  (А.А. Азбель, А.Г. Грецов) | 2 ч |
| **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»** | | |
| 25 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел Методика Томаса - Килманна  Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) Тест Ряховского  Социометрия  Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис адаптация А.М. Прихожан | 2 ч |
| *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»* | | |
| 26 | Закрепление навыков конструктивного общения. | 2 ч |
| 27 | Отработка умения выдвигать контраргументы в дискуссии, перефразировать свою мысль. | 2 ч |
| 28 | Понимание системы взглядов и интересов другого. | 2 ч |
| 29 | Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции, умения критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно) и корректировать его. | 2 ч |
| *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»* | | |
| 30 | Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях. | 2 ч |
| 31 | Отработка умения договариваться в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях. | 2 ч |
| 32 | Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности. | 2 ч |
| 33 | Закрепление навыков организации совместной деятельности в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его).  33 | 2 ч |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 34 | **Диагностика**  Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел Методика Томаса - Килманна  Диагностика состояния агрессии (опросник Басса-Дарки) Тест Ряховского  Социометрия  Шкала "Я-концепции" Е. Пирс, Д. Харрис адаптация А.М. Прихожан | 2 ч |

34