**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа № 12 с углублённым изучением отдельных предметов»**

|  |
| --- |
|  |



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА

**педагога-психолога**

**Оверченко Анны Михайловны**

«**ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ»**

для

обучающихся с задержкой психического развития

5-9 класс

2024 – 2025 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

* Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в части «создания условий, способствующих получению качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья», обучающимся по основной образовательной программе начального общего образования;
* Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее - Стандарт), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г., с изменениями, утвержденными приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 г. № 1644;
* Приказа Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
* Санитарных правил и норм (СанПин 2.42. – 2821 10).
* Учебного плана МБОУ «СОШ № 12 с углублённым изучением отдельных предметов» на текущий учебный год;
* Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования МБОУ «СОШ № 12» с углублённым изучением отдельных предметов».

**Общая характеристика курса «Психокоррекционные занятия»**

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия» направлен на развитие личности обучающегося с ЗПР подросткового возраста, его коммуникативных и социальных компетенций, гармонизацию его взаимоотношений с социумом.

У обучающихся с ЗПР на уровне основного общего образования сохраняются трудности и замедленный темп развития отдельных познавательных процессов, навыков саморегуляции поведения и деятельности. Для них характерна общая эмоциональная незрелость, невысокий уровень развития коммуникативных компетенций. Адаптивные ресурсы у таких обучающихся снижены, что затрудняет социализацию в целом, создает трудности в процессе самостоятельного осуществления жизненных выборов.

Осуществляется психологическая помощь, направленная на преодоление трудностей в развитии познавательных процессов, эмоционально-личностной сферы, коммуникативной сферы, регуляторной сферы, 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.

Работа производится в тесном сотрудничестве с другими специалистами сопровождения (учителем-логопедом, учителем- дефектологом), а также с родителями обучающегося, что обеспечивает комплексный подход в решении задач предотвращения/минимизации 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 их особых образовательных потребностей.

**Цель и задачи курса**

***Цель*** коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» – развитие и коррекция познавательной, личностной, эмоциональной, коммуникативной, регуляторной сфер обучающегося, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

***Задачи курса:***

* формирование учебной мотивации, стимуляция развития познавательных процессов;
* 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 и расширение сферы жизненной компетенции.

**Особенности построения курса**

Рабочая программа коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» построена по модульному принципу и предусматривает гибкость содержательного наполнения модулей и конкретных тем.

Модульный принцип подразумевает определение приоритетности изучения того или иного модуля программы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка или группы детей. Можно один или более модулей изучать в качестве базовых, а другие изучать в меньшем объеме. Можно гибко варьировать распределение часов на изучение конкретного модуля.

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

При этом из общего содержания модулей данного курса возможно выделение конкретных тематических блоков с учетом индивидуальных особенностей развития и особых образовательных потребностей конкретных обучающихся с ЗПР, зачисленных на психокоррекционные занятия. За счет этого возможно формирование индивидуализированных коррекционно - развивающих программ, направленных на коррекцию и развитие дефицитарных психических функций, профилактику возникновения вторичных отклонений в развитии, оптимизацию социальной адаптации и развития обучающихся с ЗПР.

В соответствии с целями и задачами коррекционного выделяются следующие модули и разделы программы:

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

В процессе коррекционно-развивающих занятий идет 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. Также большое внимание уделяется развитию регуляции собственного поведения и эмоционального реагирования. Формируется способность управлять, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, проявлять адекватные эмоции в ситуации общения в различных статусноролевых позициях, развивается умение определять конкретные цели своих поступков, искать и находить, адекватные средства достижения этих целей.

**Модуль «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 жизненные ценностей и нравственных норм, умения анализировать социальные ситуации, принимать обдуманные, взвешенные решения, нести ответственность за свои поступки. В ходе 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 «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 социальном окружении.

Важным в коррекционно-развивающей работе является развитие своевременной и точной ориентировки в ситуации взаимодействия, адекватной включенности в ситуацию общения, способности проявлять гибкость в общении, умения адекватно выстраивать коммуникацию в разных статусноролевых 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. Также на занятиях происходит формирование умения уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя к агрессии или пассивно-зависимому поведению. В ходе 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. Также важными являются 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.

**Виды деятельности обучающихся с ЗПР, обусловленные особыми образовательными потребностями и обеспечивающие осмысленное освоение содержания курса**

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. Выборе форм и

приемов работы опирается на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. В ходе коррекционно-развивающего занятия учитывается принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы, диалога. Также в процессе работы сохраняется руководящий контроль со стороны взрослого, обеспечивается положительная обратная связь, делается акцент на развитии навыков саморегуляции.

Коррекционно-развивающее занятие выстраивается в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающегося с ЗПР. Учитывая сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, снижение эмоциональной саморегуляции у такого обучающегося, придерживается строгая этапность при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия 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 предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлексию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

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

**Место курса в учебном плане**

В соответствии с учебным планом ПАООП ООО обучающихся с ЗПР на изучение курса «Психокоррекционные занятия» отводится 2 часа в неделю (68 часов в учебном году).

Коррекционно-развивающие занятия проходят в рамках внеурочной деятельности в специально оборудованном кабинете. Расписание занятий составляется с учетом режима работы школы, индивидуального образовательного маршрута обучающегося с ЗПР и в соответствии с циклограммой специалиста, согласованной с администрацией школы.

В соответствии с учебным планом для изучения курса коррекционно - развивающих занятий предусматриваются индивидуальные, подгрупповые и

групповые формы работы. Наиболее эффективная и целесообразная организация коррекционно-развивающей работы предполагает проведение занятий в подгруппах от 2 до 10 человек продолжительностью 30 – 40 минут и периодичностью 2 раза в неделю.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

**«ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ**

1. **КЛАСС**

**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 плане условий 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 социально приемлемого 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.

**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.

1. **КЛАСС**

**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 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.

1. **КЛАСС**

**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 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.

1. **КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

***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»***

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.

1. **КЛАСС**

**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 вовлечению в 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 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).

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ**

**«ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ**

1. **КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

**Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + с помощью взрослого планировать пути достижения цели, выбирать наиболее оптимальные способы решения познавательных задач;
  + контролировать время выполнения учебной работы ориентируясь на определенные таймером временные рамки;
  + ориентироваться в задании и условиях, необходимых для его выполнения с помощью взрослого;
  + определять последовательность действий в краткосрочном периоде для достижения поставленной задачи с помощью взрослого;
  + соотносить свои действия с планом, корректировать свои действия на основании расхождений результата с эталоном с развернутой помощью взрослого;
  + оценивать правильность выполнения задания на основе сличения с конечным результатом;
  + уметь давать словесный отчет о выполнении задания;
  + уметь действовать индивидуально и в группе по заданному взрослым алгоритму.

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

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + выделять различные эмоциональные состояния и соотносить их с соответствующими внешними проявлениями (мимика, жесты, пантомимика, поза, интонация);
  + определять широкий спектр эмоциональных состояний по внешним проявлениям (включая противоречивые эмоции);
  + обращать внимание на свое эмоциональное состояние и уметь идентифицировать его и обозначать вербально;
  + владеть базовыми навыками релаксации, как способом регуляции эмоций;
  + сдерживать непосредственные (негативные) эмоциональные реакции в процессе деятельности и при оценке достигнутого результата;
  + управлять проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации;
  + регулировать свое поведение в эмоционально напряженной коммуникативной ситуации;
  + соблюдать нормы и правила общественного поведения;
  + осознавать необходимость прилагать усилия для полноценного выполнения заданий.

**Модуль «Формирование личностного самоопределения» Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + демонстрировать интерес к самопознанию;
  + владеть навыками самопрезентации (рассказывать о своих интересах, увлечениях, личностных качествах);
  + иметь представление об основных социальных ролях, их разнообразии в жизни человека, осознавать собственные социальные роли;
  + иметь представления о своих обязанностях перед семьей, обществом;
  + владеть навыками самооценивания, выделять свои положительные качества;
  + владеть навыками учебного самооценивания, критично оценивать результат деятельности, осознавать, что удалось выполнить, что нет. **Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

**Обучающийся научится и будет (сможет):**

* + понимать значение профессиональной деятельности в жизни человека;
  + иметь первичные представления о мире профессий;
  + соотносить собственные желания и возможности с различными направлениями профессиональной деятельности.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности» Раздел «Развитие коммуникативных навыков»** Обучающийся научится и будет (сможет):

* + владеть базовыми средствами вербального и невербального общения;
  + использовать в коммуникации со сверстниками позитивную лексику, комплименты, правила этики общения;
  + определять качества личности и способы поведения, которые способствуют или препятствуют продуктивной коммуникации;
  + слушать и слышать информацию, передаваемую собеседником, уточнять ее с помощью вопросов, поддерживать тему разговора.

**Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + поддерживать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками с помощью взрослого;
  + договариваться о правилах совместной работы;
  + уметь работать в группе над выполнением задания;
  + участвовать в коллективном обсуждении работы.

1. **КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

**Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + ориентироваться в задании и оценивать необходимые для его выполнения условия (временные, пространственные, функциональные и т. д.) с помощью взрослого;
  + распределять время и силы при выполнении нескольких заданий, уметь определять состояние снижения работоспособности и сообщать об этом взрослому;
  + определять последовательность действий для достижения поставленной задачи;
  + соотносить свои действия с планом, корректировать свои действия на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого;
  + уметь действовать по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе;
  + оценивать правильность выполнения задания в соответствии с образцом, приведенным в инструкции;
  + осуществлять пошаговый и итоговый контроль при выполнении задания;
  + проявлять интерес к мнению окружающих по поводу оценочных суждений результата своей деятельности, в случае ошибки корректировать результат с помощью взрослого.

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

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + осознавать переживаемые эмоции в прошлом, настоящем и будущем, уметь называть их;
  + уметь сосредотачиваться на телесных ощущениях, мышечных напряжениях, выражении лица при переживании той или иной эмоции, называть их в моделируемых ситуациях под контролем взрослого;
  + выделять позитивные и негативные эмоции, иметь представление об их влиянии на эффективность общения и продуктивность деятельности;
  + владеть разными приемами релаксации;
  + иметь представление об основных техниках и приемах регуляции эмоций;
  + совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе;
  + уметь минимизировать волнение в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

**Модуль «Формирование личностного самоопределения» Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + демонстрировать интерес к самопознанию и саморазвитию;
  + иметь представление о своих индивидуальных особенностях, качествах, чертах характера;
  + различать положительные и отрицательные качества, черты характера;
  + оценивать свои качества, черты характера;
  + иметь представление о своих задатках и склонностях;
  + демонстрировать позитивное самоотношение.

**Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + проявлять интерес к миру профессий и приобретению профессии;
  + иметь представление о разнообразии профессий в современном мире, основных направлениях профессиональной деятельности;
  + иметь первичное представление о понятии карьера;
  + оценивать собственные склонности и познавательные способности, понимать их значение при определении направления профессиональной деятельности.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности» Раздел «Развитие коммуникативных навыков»** Обучающийся научится и будет (сможет):

* + выстраивать коммуникацию в различных социальных ситуациях;
  + использовать вербальные и невербальные средства общения адекватные социально-эмоциональному контексту ситуации;
  + уметь вести диалог, поддерживать беседу на заданную тему;
  + понимать наличие другой, альтернативной точки зрения в процессе общения со сверстниками;
  + конструктивно доносить свою позицию до других участников коммуникации.

**Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками с помощью взрослого;
  + определять цели и функции участников совместной деятельности, способы взаимодействия;
  + поддерживать совместную работу, конструктивно взаимодействовать;
  + с помощью вопросов уточнять недостающую информацию в процессе совместной деятельности;
  + принимать точки зрения, отличные от собственной, конструктивно отстаивать свои интересы.

1. **КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

**Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + самостоятельно оценивать необходимые для выполнения поставленной задачи условия (временные, пространственные, функциональные и т. д.);
  + определять последовательность действий для достижения совокупности поставленных задач;
  + самостоятельно планировать последовательность своих действий в соответствии с поставленной задачей;
  + соотносить свои действия с планом, корректировать самостоятельно свои действия на основании плана, проводить проверку по результату;
  + оценивать правильность выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе;
  + сдерживать непосредственные импульсивные реакции, действовать в плане заданного, не отвлекаясь на посторонние раздражители.

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

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + осознавать телесные ощущения, соотносить их с эмоциями и использовать их для снятия психоэмоционального напряжения;
  + иметь представление о различных техниках и приемах регуляции эмоций;
  + использовать при необходимости приемы релаксации в разных жизненных ситуациях;
  + совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы;
  + сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности;
  + уметь справляться с волнением в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

**Модуль «Формирование личностного самоопределения» Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + демонстрировать интерес и готовность к самопознанию и саморазвитию;
  + демонстрировать адекватно позитивное самоотношение;
  + иметь представление о своих личностных особенностях;
  + иметь уровень притязаний, адекватный своим возможностям;
  + иметь представление об ответственном поведении;
  + самостоятельно оценивать последствия своих действий, выбирать как поступить (в том числе в неоднозначных ситуациях) и отвечать за свой выбор;
  + иметь развернутое представление о социальных ролях в обществе, различных моделях поведения в соответствии с этими ролями, правилах и нормах поведения;
  + строить жизненные планы во временной перспективе.

**Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + демонстрировать мотивацию к приобретению профессии в определенной области трудовой деятельности;
  + ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику основным направлениям профессиональной деятельности;
  + иметь первичное представление о понятии профессиональной направленности личности;
  + иметь представление о карьере как о профессиональном пути в жизни человека;
  + выделять собственные интересы и склонности, соотносить их с будущей профессиональной деятельностью;
  + иметь первичное представление о понятии профессиональной пригодности в основных направлениях профессиональной деятельности;
  + соотносить собственные способности с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности» Раздел «Развитие коммуникативных навыков»** Обучающийся научится и будет (сможет):

* + уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
  + владеть приемами активного слушания;
  + уметь ориентироваться в ситуации общения, определять коммуникативное намерение свое и партнера, оценивать степень его реализации в общении;
  + уметь спрашивать, интересоваться чужим мнением и высказывать свое;
  + принимать позицию собеседника, выделяя его точку зрения и аргументы в пользу его позиции;
  + уметь адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции.

**Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + уметь интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
  + планировать совместные действия для достижения общей цели;
  + планировать и реализовывать общие способы работы с партнерами по совместной деятельности;
  + прогнозировать результат коллективной работы;
  + уметь согласовывать свои действия с действиями партнера для достижения общего результата;
  + брать на себя инициативу в организации совместного действия.

1. **КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

**Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + осознавать цель и самостоятельно определять задачи в соответствии с ней, последовательность действий в краткосрочной перспективе;
  + организовывать свою деятельность при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения поставленных задач;
  + самостоятельно осуществлять контроль своей деятельности;
  + проводить оценку результата своей деятельности;
  + оценивать работу группы сверстников и свой вклад в ее работу.

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

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + иметь представление о возможности сознательно влиять на свое эмоциональное состояние с помощью специальных приемов при необходимости в различных жизненных ситуациях;
  + использовать приемы релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний;
  + уметь направить усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат;
  + 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, конфликта;
  + сохранять ровный эмоциональный фон при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества;
  + принимать замечания от значимых взрослых по поводу своих действий и поступков, учитывать их при изменении своего поведения, прогнозировать последствия своего поведения.

**Модуль «Формирование личностного самоопределения» Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + демонстрировать мотивацию к самопознанию, потребность к саморазвитию;
  + иметь уровень притязаний, адекватный своим возможностям, способностям, индивидуальным особенностям;
  + проявлять ответственность, относительную независимость и устойчивость в отношении негативных воздействий среды, окружающих людей на собственное поведение;
  + оценивать себя и свои поступки с учетом общепринятых социальных норм и правил;
  + представлять временную перспективу жизни, где события прошлого, настоящего и будущего занимают соответствующее место и наделяются соответствующим статусом.

**Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику различным профессиям, актуальным для современного рынка труда;
  + иметь представление о понятии профессиональной направленности личности и ее структуре;
  + иметь первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
  + иметь представления о собственных профессиональных склонностях и профессиональном потенциале;
  + знать об ограничениях при выборе профессии, учитывать ограничения профессиональной пригодности при выборе будущей профессии;
  + моделировать образ желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности» Раздел «Развитие коммуникативных навыков»** Обучающийся научится и будет (сможет):

* + уметь вести конструктивный диалог;
  + корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения;
  + выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно таково);
  + выделять общую точку зрения в дискуссии;
  + уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения;
  + демонстрировать уважительное отношение к партнерам, внимание к личности другого в процессе общения.

**Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + иметь представление о понятии «конфликт» в ситуации сотрудничества;
  + иметь представление о различных стратегиях и правилах поведения в конфликтной ситуации;
  + уметь выбрать адекватную стратегию поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества;
  + поддерживать конструктивное общение в группе, контролируя собственные эмоциональные проявления;
  + иметь представление о компромиссном решении конфликтных ситуаций;
  + уметь аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

1. **КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

**Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + самостоятельно определить цели и задачи своих действий в среднесрочной перспективе;
  + планировать действия при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач, в том числе с точки зрения альтернативы;
  + контролировать и корректировать выполнение своих действий в ходе совместной групповой работы как по завершению, так и по ходу ее реализации;
  + объективно оценивать результат своей работы;
  + оценивать работу группы сверстников и индивидуальный вклад в ее работу каждого участника.

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

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + регулировать проявления своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора;
  + вести себя в соответствии с общим эмоциональным фоном коммуникативной ситуации;
  + иметь представление о состоянии стресса, его проявлениях и влиянии на продуктивность общения и деятельности;
  + иметь представление о стратегиях поведения в стрессовых ситуациях;
  + иметь представление о возможностях профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации;
  + владеть техниками контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, уметь минимизировать волнение;
  + уметь прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена;
  + сохранять устойчивость социально приемлемой позиции в ситуациях негативного воздействия со стороны окружающих.

**Модуль «Формирование личностного самоопределения» Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + оценивать свои возможности, осознавать собственные склонности, интересы и увлечения;
  + выстраивать с помощью взрослого жизненную перспективу, жизненные планы, включающие последовательность целей и задач в их взаимосвязи;
  + планировать пути и средства достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей;
  + соизмерять свои поступки с общепринятыми нравственными ценностями, осознанно и ответственно относиться к собственным поступкам;
  + иметь начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях;
  + уметь противостоять вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.

**Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

* + иметь конкретные реалистичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
  + иметь реалистичные представления о социальных и финансовых составляющих различных профессий;
  + с помощью взрослого выбирать и выстраивать дальнейшую индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
  + владеть способами и приемами поиска информации, связанной с профессиональным образованием и профессиональной деятельностью;
  + иметь представление об индивидуальной стратегии выбора профессии.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности» Раздел «Развитие коммуникативных навыков»** Обучающийся научится и будет (сможет):

* + владеть навыками конструктивного общения;
  + уметь в дискуссии выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль;
  + критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
  + уметь при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции;
  + понимать систему взглядов и интересов другого. **Раздел «Развитие навыков сотрудничества»** Обучающийся научится и будет (сможет):
  + владеть навыками эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях;
  + уметь договариваться в процессе сотрудничества, включая конфликтные ситуации;
  + оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;
  + 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.

**Тематическое планирование психокоррекционных занятий для детей с ОВЗ (ЗПР)**

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия» является частью программы коррекционной работы и обязателен для изучения.

**Содержание коррекционного курса**

Курс «Психокоррекционные занятия», представленный в рабочей программе ПАООП ООО обучающихся с ЗПР, соответствует ФГОС ООО. В соответствии с учебным планом ПАООП ООО обучающихся с ЗПР на изучение курса «Психокоррекционные занятия» отводится 2 часа в неделю (68 часов в учебном году).

Тематическое планирование представлено по годам обучения, в нём указано рекомендуемое количество часов, отводимое на изучение модулей.

Основные виды деятельности обучающихся с ЗПР перечислены при изучении каждой темы и направлены на достижение планируемых результатов обучения.

**5 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Темы занятия | Кол-во часов | Содержание занятий | Дата проведения |
| ***«Вводное занятие. Диагностика » (4 часа)*** | | | | |
| 1. | Вводное занятие | 12 | Создание атмосферы эмоционального комфорта |  |
| 2. | Входная диагностика | 12 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Раздел 1. «Развитие регуляции познавательных процессов» (16 часов)*** | | | | |
| 3,4. | Развитие устойчивости и произвольности внимания, развитие слуховой памяти. | 4 | «Карлики – великаны».  Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию. |  |
| 5. | Развитие внимания и мышления. | 2 | Рефлексия собственных личных качеств. Говорящая надпись. |  |
| 6,7. | Развитие зрительной памяти, развитие мелкой моторики рук. | 4 | «Все наоборот».  Упражнения для мелкой маторики. |  |
| 8,9. | Развитие вербально-логического мышления | 4 | «Вставь по аналогии», «Какой фигуры не хватает» |  |
| 10. | Развитие концентрации и изобразительности внимания | 2 | «Нарисуй так же», «Продолжи ряд» |  |
| ***Раздел 2. «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний» (10 часов)*** | | | | |
| 11,12. | Различение мимики, жестов, позы, интонации. | 4 | Понятия: мимика, жесты, позы, интонация  Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния |  |
| 13. | Базовые навыки релаксации | 2 | Знакомство с базовыми навыками релаксации, как способом регуляции эмоций |  |
| 14,15. | Моделирование социально приемлемого поведения в коммуникативных ситуациях | 4 | Понятие: нормы поведения  Учимся контролировать свое поведение в напряженной коммуникативной ситуации, соблюдать нормы и правила общественного поведения. |  |
| ***Раздел 3. «Развитие личностного самоопределения» (13 часов)*** | | | | |
| 16. | Знакомство с базовыми навыками самопрезентации. | 3 | Понятие: навыки самопрезентации  Рассказать о своих интересах, увлечениях, личностных качествах |  |
| 17,18. | Основные социальные роли, их разнообразие в жизни человека. | 4 | Понятие: социальные роли  Представление об основных социальных ролях, их разнообразии, в жизни человека |  |
| 19,20. | Личная ответственность и обязанности по отношению к семье и обществу. | 4 | Осознание своей социальной роли  Ролевые игры |  |
| 21. | Отработка навыков самооценивания | 2 | Выделяем свои положительные качества и сильных сторон |  |
| ***Раздел 4. «Развитие коммуникативных навыков» (14 часов)*** | | | | |
| 22,23. | Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального  общения. | 4 | Понятия: вербальное и невербальное общение  Упражнение «Говорящее тело». |  |
| 24. | Позитивная лексика, комплименты, правила этики общения. | 2 | Изучение правил этики общения.  Игра «Давай говорить друг другу комплименты». |  |
| 25,26. | Психологические помехи в общении | 4 | Упражнение «Общение в темноте», «Два автобуса» |  |
| 27. | Особенности личности | 2 | Упражнение «Маски», «Кто на что похож». |  |
| 28. | Способы передачи информации между  собеседниками | 2 | Игра «Угадай животное», упражнение «Молекулы». |  |
| ***Раздел 5. «Развитие навыков сотрудничества» (12 часов)*** | | | | |
| 29,30. | Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности | 4 | Игра «Зеркало», «Волны». |  |
| 31. | Правила совместной работы в группе | 2 | Использовать в процессе сотрудничества правила совместной работы.  Дидактическая игра:  «Зайка». |  |
| 32,33. | Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях | 4 | Коллективное обсуждение  Упражнение « Картинки настроения»,  «Бумажный самолетик» |  |
| 34. | Итоговая диагностика | 2 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| **Итог: 68 часов.** | | | | |

**6 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Темы занятия | | Кол-во часов | Содержание занятий | Дата проведения |
| ***«Вводное занятие. Диагностика » (4 часа)*** | | | | | |
| 1. | Вводное занятие | | 12 | Создание атмосферы эмоционального комфорта |  |
| 2. | Входная диагностика | | 12 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Раздел 1. «Развитие регуляции познавательных процессов» (16 часов)*** | | | | | |
| 3. | | Развитие переключения внимания, логических операций анализа и синтеза | 2 | «Называйте и считайте», «Три слова», «Составьте слова». |  |
| 4. | | Развитие пространственных представлений, гибкости мышления. | 2 | «Представьте куб», «Замените цифры символами», «Отгадайте слова». |  |
| 5. | | Развитие внимания и мышления. | 2 | Рефлексия собственных личных качеств. Говорящая надпись. |  |
| 6. | | Развитие зрительной памяти, развитие мелкой моторики рук. | 2 | «Все наоборот».  Упражнения для мелкой маторики. |  |
| 7. | | Развитие внутреннего плана действий, развитие мышления (абстрагирование, вербальный анализ). | 2 | «Муха», «Говорим по-марсиански», «Объясните греческие слова». |  |
| 8,9. | | Развитие вербально-логического мышления | 4 | «Вставь по аналогии», «Какой фигуры не хватает» |  |
| 10. | | Развитие концентрации и изобразительности внимания | 2 | «Нарисуй так же», «Продолжи ряд» |  |
| ***Раздел 2. «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний» (10 часов)*** | | | | | |
| 11. | Кто я, какой я. | | 2 | Осознание своих качеств и повышение самооценки. |  |
| 12. | Различение мимики, жестов, позы, интонации. | | 2 | Понятия: мимика, жесты, позы, интонация  Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния |  |
| 13. | Чувства бывают разные. Имею ли я право сердиться и обижаться. | | 2 | Рефлексия эмоциональных состояний, развитие умения адекватного самовыражения, преодоление тревожности |  |
| 14,15. | Навыки саморегуляции. | | 4 | Понятие: нормы поведения  Обучение приёмам поведения в стрессовой ситуации, основам саморегуляции. Элементы аутотренинга. |  |
| ***Раздел 3. «Развитие личностного самоопределения» (13 часов)*** | | | | | |
| 16. | Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. | | 3 | Выделять свои индивидуальные особенности, качества, черты характера.  «Кто я, какой я» |  |
| 17,18. | Различение положительных и отрицательных качеств и черт характера на примере вымышленных и реальных персонажей. | | 4 | Различать положительные и отрицательные качества, черты характера.  «Изобрази чувство», «Плюсы и минусы», «Копилка трудных ситуаций». |  |
| 19,20. | Личная ответственность и обязанности по отношению к семье и обществу. | | 4 | Осознание своей социальной роли  Ролевые игры |  |
| 21. | Отработка навыков оценивания собственных качеств и черт характера | | 2 | Оценивать свои качества, черты характера.  Беседа, обсуждение |  |
| ***Раздел 4. «Развитие коммуникативных навыков» (15 часов)*** | | | | | |
| 22,23. | Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях | | 4 | Выстраивать коммуникацию в различных социальных ситуациях.  Упражнение «Чего на свете не бывает?». |  |
| 24. | Соотнесение вербальных и невербальных средств общения | | 2 | Знакомство с вербальными и невербальными способами общения.  Ролевая игра «Здравствуйте», упражнение «Крокодил» |  |
| 25,26. | Отработка навыков  ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему. | | 4 | Упражнение «Две правды, одна ложь», «дар убеждения» |  |
| 27. | Альтернативная точка зрения  собеседника, способы поддержания разговора | | 2 | Упражнение «Зеркало» |  |
| 28. | Использование речевых клише | | 2 | Научить детей логически правильно передавать свое мнение. Для этого, можно дать обучающимся речевые клише. Изучить понятие «Речевые клише» |  |
| 29. | Представление собственной позиции социально приемлемым способом | | 1 | Конструктивно доносить свою позицию до других участников коммуникации.  Формат беседы |  |
| ***Раздел 5. «Развитие навыков сотрудничества» (11 часов)*** | | | | | |
| 30,31. | Поддержание совместной работы и конструктивного взаимодействия | | 3 | Обсуждение  Упражнение «Телеграмма» |  |
| 32. | Принятие различных  точек зрения в ходе совместной  работы в моделируемых ситуациях. | | 2 | Использовать в процессе сотрудничества правила совместной работы.  Дидактическая игра:  «Зайка». |  |
| 33,34. | Способы  конструктивного отстаивания своих  интересов | | 4 | Коллективное обсуждение  Выделять и сравнивать точки  зрения, отличные от собственной,  конструктивно отстаивать свои  интересы в моделируемых  ситуациях под контролем  взрослого. |  |
| 34. | Итоговая диагностика | | 2 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| **Итог: 68 часов.** | | | | | |

***7 класс***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Темы занятия | Кол-во часов | Содержание занятий | Дата проведения |
| ***«Вводное занятие. Диагностика » (5 часа)*** | | | | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | Создание атмосферы эмоционального комфорта |  |
| 2. | Входная диагностика | 3 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Раздел 1. «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения» (27 часов)*** | | | | |
| 3. | Умение слушать | 2 | Игры «Муха», «Подсчитай правильно», «Зеркало». Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 3. Закрепление. |  |
| 4. | Целенаправленность действий | 3 | Мини-лекция. Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 4. Диагностика работоспособности. Обсуждение результатов. Закрепление. |  |
| 5. | Особенности внимания | 2 | Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 1. Закрепление. |  |
| 6. | Устойчивость внимания | 2 | Упражнения на развитие внимания: корректурные таблицы, «Пиши и слушай», «Пишущая машинка», графический диктант, игра «Дубль: найди пару». Уроки психологического развития Н.П. Локаловой (урок 13). Закрепление. |  |
| 7. | Распределение внимания | 2 | Упражнения на распределения внимания. Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 2. Закрепление. |  |
| 8. | Развитие зрительной памяти | 2 | Диагностика. Упражнения на развитие различных видов памяти: запоминание 10 слов, зрительных образов, цифр (на слух и зрительно). Отсроченное воспроизведение запоминаемого. Закрепление. |  |
| 9. | Развитие вербальной памяти | 2 | Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 5. Закрепление. |  |
| 10. | Опосредованное запоминание | 2 | Игры «Нарисуй по памяти», «Запомни и нарисуй», «Опосредованное запоминание». Упражнение «Часики» (ориентировка во времени). Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 6. Закрепление. |  |
| 11. | Развитие мышления (наглядно-образное мышление, логическое мышление, абстрактное мышление, анализ, синтез) | 10 | Игры и упражнения на развитие объема, устойчивости и концентрации внимания; на развитие разных видов памяти и точности запоминания; игры-загадки, ребусы и т.д. Развитие мышления. Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Закрепление. |  |
| ***Раздел 2. «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний» (14 часов)*** | | | | |
| 12. | Развитие навыков самоконтроля | 2 | Мини-лекция. Упражнения «Противоположные движения», «Кулак – ребро – ладонь». Тест на самоконтроль. Уроки психологического развития Н.П. Локаловой (урок 15). |  |
| 13. | Что такое воля? | 3 | Понятие «воля», волевые качества, тест на развитие воли. Признаки состояния утомления и ситуации пресыщения. Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. |  |
| 14. | Навыки саморегуляции | 3 | Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, основам саморегуляции. Элементы аутотренинга. Уроки психологического развития Н.П. Локаловой (урок 26). |  |
| 15. | Все мы разные | 3 | Упражнения «Хорошие и нехорошие качества», «Угадай качества по описанию», психологический тест «Балл по поведению», упражнения «Мои проблемы», «Я реальный, идеальный, глазами других». Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 10. |  |
| 16. | Наши эмоции | 3 | Дыхательная гимнастика «Глубокое дыхание». Упражнения «Ролевая гимнастика», «Спокойные и агрессивные ответы», «Мне сегодня…». Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 3. Игра «Дотронься до…», упражнение «Маска», упражнение «Круговой массаж». Микляева Н.В. «Школьная тревожность». Занятие 4 (стр. 73). Упражнения «Ассоциации», «Копилка», «Нарисовать свой гнев», «Бумажный человечек». |  |
| ***Раздел 3. ««Развитие личностного самоопределения» (6 часов)*** | | | | |
| 17. | Мой характер | 3 | Беседа «Характер человека», «Самооценка», тест «Какой у вас характер?», тест на самооценку, объяснение результатов. Тест Айзенка. Уроки психологического развития Н.П. Локаловой (урок 28). Мини-лекция. Упражнение «Список черт». Упражнение «Что в имени тебе моем?». Развитие познавательных способностей «36 занятий для будущих отличников» (Л.В. Мищенкова). Занятие 2. |  |
| 18. | Ответственное поведение | 1 | Мини-лекция. Беседа. Упражнения по выбору. Жизненные ситуации и ответственность за свое поведение. Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. |  |
| 19. | Социальные роли | 1 | Мини-лекция. Упражнения по выбору. Правила и нормы поведения в соответствии с социальными ролями. Знакомство с понятием жизненного плана и его временные перспективы. |  |
| 20. | Учебная мотивация и Я. Создаем маршрут школьной деятельности | 1 | Разминка «Подарок», упражнение-беседа «Рецепт хорошего настроения в школе», упражнение 30 «Самомотивация», упражнение «Я смогу, если захочу». |  |
| ***Раздел 4. «Развитие профессионального самоопределения» (2 часа)*** | | | | |
| 21. | Мир профессий | 1 | Диагностика. Мини-лекция. Беседа. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. |  |
| 22. | Карьера | 1 | Мини-лекция. Беседа. Карьера как профессиональный путь в жизни человека. Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности. Построение плана саморазвития. |  |
| ***Раздел 5. «Развитие коммуникативных навыков» (6 часов)*** | | | | |
| 23. | Активное слушание | 2 | Мини-лекция. Отработка навыков активного слушания и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации |  |
| 24. | Коммуникативное намерение | 2 | Мини-лекция. Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его реализации в общении. Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения. |  |
| 25. | Дискуссия | 2 | Беседа. Отработка навыков ведения дискуссии, использования 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» (8 часа)*** | | | | |
| 26. | Продуктивное взаимодействие | 3 | Игры, развивающие умение сотрудничать: «Найди путь», «Рисуем молча», «Угадай настроение». Упражнения по выбору. Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. |  |
| 27. | Совместная деятельность | 2 | Задания в группах. Деловая игра. Тренинг «Шесть шляп». 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. |  |
| 28. | Итоговая диагностика | 3 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Итог: 68 часов.*** | | | | |

***8 класс***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Темы занятия | Кол-во часов | Содержание занятий | Дата проведения |
| ***«Вводное занятие. Диагностика » (5 часа)*** | | | | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | Создание атмосферы эмоционального комфорта |  |
| 2. | Входная диагностика | 3 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Раздел 1. «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения» (26 часов)*** | | | | |
| 3. | Тренировка памяти, внимания, мышления | 6 | Игры и упражнения по развитию памяти, внимания, мышления (по выбору). |  |
| 4. | Проектные задачи | 20 | Проектные задачи. 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 цели. Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе. 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 2. «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний» (12 часов)*** | | | | |
| 5. | Развитие навыков самоконтроля | 3 | Мини-лекция. Упражнения «Противоположные движения», «Кулак – ребро – ладонь». Тест на самоконтроль. |  |
| 6. | Стресс | 2 | Лекция. Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. |  |
| 7. | Навыки саморегуляции | 4 | Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, основам саморегуляции. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере подготовки к государственной итоговой аттестации. Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. |  |
| 8. | Волевые усилия | 3 | Отработка умения прикладывать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена. |  |
| ***Раздел 3. «Развитие личностного самоопределения» (9 часов)*** | | | | |
| 9. | Притязания | 2 | Соотнесение уровня притязаний со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями. |  |
| 10. | Противостояние негативным явлениям | 2 | Развитие способности противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. |  |
| 11. | Провокация | 2 | Мини-лекция. Отработка способов поведения в провокационных ситуациях под контролем взрослого. Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. |  |
| 12. | Временная перспектива жизни | 2 | Выстраивание событий прошлого, настоящего и будущего в единую линию с учетом связей, последствий, перспектив. |  |
| 13. | Учебная мотивация и Я. Создаем маршрут школьной деятельности | 1 | Разминка «Подарок», упражнение-беседа «Рецепт хорошего настроения в школе», упражнение «Самомотивация», упражнение «Я смогу, если захочу». |  |
| ***Раздел 4. «Развитие профессионального самоопределения» (4 часа)*** | | | | |
| 14. | Актуальные профессии | 4 | Диагностика. Мини-лекция. Беседа. Профессии, актуальные для современного рынка труда. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Перспективы профессионального образования. Профессиональная пригодность, ограничения при выборе профессии. Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения. |  |
| ***Раздел 5.*** ***Раздел «Развитие коммуникативных навыков» (5 часов)*** | | | | |
| 15. | Конструктивный диалог | 1 | Мини-лекция. Отработка навыков конструктивного диалога. |  |
| 16. | Дискуссия | 2 | Беседа. Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии, 33 корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно). |  |
| 17. | Умение договариваться | 2 | 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 6. «Развитие навыков сотрудничества» (7 часа)*** | | | | |
| 18. | Конфликт: причины, виды, структура | 4 | Лекция. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. 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. |  |
| 19. | Итоговая диагностика | 3 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Итог: 68 часов.*** | | | | |

***9 класс***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Темы занятия | Кол-во часов | Содержание занятий | Дата проведения |
| ***«Вводное занятие. Диагностика » (5 часа)*** | | | | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | Создание атмосферы эмоционального комфорта |  |
| 2. | Входная диагностика | 3 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Раздел 1. «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения» (26 часов)*** | | | | |
| 3. | Тренировка памяти, внимания, мышления | 5 | Игры и упражнения по развитию памяти, внимания, мышления (по выбору). |  |
| 4. | Проектные задачи | 21 | 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 2. «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний» (15 часов)*** | | | | |
| 5. | Развитие навыков самоконтроля | 1 | Мини-лекция. Упражнения «Противоположные движения», «Кулак – ребро – ладонь». Тест на самоконтроль. |  |
| 6. | Конфликты в нашей жизни | 2 | Мини-лекция «Конфликт», упражнение «Ассоциации», притча «О гвоздях». Упражнение «Конфликтные ситуации». Игра «Основные стили выхода из конфликта» |  |
| 7. | Навыки саморегуляции | 4 | Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, основам саморегуляции. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере подготовки к государственной итоговой аттестации. Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. |  |
| 8. | Все мы разные | 2 | Упражнения «Хорошие и нехорошие качества», «Угадай качества по описанию», психологический тест «Балл по поведению», упражнения «Мои проблемы», «Я реальный, идеальный, глазами других». |  |
| 9. | Наши эмоции | 4 | Дыхательная гимнастика «Глубокое дыхание». Упражнения «Ролевая гимнастика», «Спокойные и агрессивные ответы», «Мне сегодня…». Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях. Регуляция проявления собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации. |  |
| 10. | Волевые усилия | 2 | Отработка умения прикладывать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена. |  |
| ***Раздел 3. «Развитие личностного самоопределения» (7 часов)*** | | | | |
| 11. | Кто я? | 2 | Беседа. Индивидуальные возможности, склонности, интересы и увлечения и их оценка. Выстраивание с помощью взрослого жизненной перспективы, жизненных планов. Планирование путей и средств достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей. «Тренинг личностного роста». |  |
| 12. | Нравственные ценности | 2 | Беседа. Соотнесение своих поступков с общепринятыми нравственными ценностями, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам. |  |
| 13. | Финансовая грамотность | 3 | Мини-лекция. Начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях. Отработка навыков 35 противостояния вовлечения в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях. |  |
| ***Раздел 4. «Развитие профессионального самоопределения» (4 часа)*** | | | | |
| 14. | Выбор будущей профессии | 4 | Диагностика. Беседа. Перспективы профессионального образования и будущей профессиональной деятельности, их конкретность и реалистичность по отношению к собственной жизненной перспективе. Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии. Выбор и выстраивание с помощью взрослого дальнейшей индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов. |  |
| ***Раздел 5.*** ***Раздел «Развитие коммуникативных навыков» (4 часов)*** | | | | |
| 15. | Конструктивное общение | 4 | Мини-лекция. 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 6. «Развитие навыков сотрудничества» (7 часа)*** | | | | |
| 16. | Эффективное сотрудничество | 4 | Лекция. 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). |  |
| 17. | Итоговая диагностика | 3 | Тесты интеллекта, определение интеллектуального и личностного развития. |  |
| ***Итог: 68 часов.*** | | | | |