

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Пермского края**

**Управление образования администрации**  
**Ординского муниципального округа Пермского края**  
**МБОУ "Карьевская СОШ"**

Принято  
на педагогическом совете  
(протокол № 2  
от « 01 » сентября 2023 г.)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Карьевская СОШ»  
*Ф. З. Минсатирова*  
от « 01 » сентября 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу «Психологическая коррекция»**  
(для обучающихся 5, 9 классов на 2023 — 2024 учебный год)

**с. Карьево, 2023**

## **Раздел 1. Пояснительная записка**

Рабочая программа коррекционно-развивающего курса «Психологическая коррекция» адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития (далее – Рабочая программа) составлена с учетом нормативных правовых документов и локальных актов:

– Федерального закона РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

– Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от от 6.10.2009 №373 (с изм. от 26.10.2010, 22.09.2011, 18.12.2012, 29.12.2014, 18.05.2015, 31.12.2015);

– Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. №1598;

– Приказа Министерства образования и науки РФ от 05.03.2004 N 1089 (ред. от 19.10.2009) «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;

– Приказа Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

– Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья СанПиН 2.4.2.3286-15 (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 г. № 26);

– СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям обучения и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (с изм. от 29.06.2011, 25.12.2013, 24.11.2015);

– Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию.

В основу разработки Рабочей программы курса «Психологическая коррекция» легли программы:

- программа «Уроки психологического развития в средней школе» Н. П. Локаловой;

- программа «Я-подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии» А.В. Микляевой;

- программа «Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе 7-8 класс» О. В. Хухлаевой;

- программа предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Г. В. Резапкиной.

Содержание курса психологической коррекций включает 170 часов (по 34 часа для каждого класса).

Участники программы: обучающиеся с ЗПР (5, 9 класс).

Программа реализуется через индивидуальную и групповую работу.

Занятия проводятся в учебном классе 1 раз в неделю, продолжительность одного занятия 20 – 30 минут.

**Общая цель программы:** развитие психических познавательных процессов обучающихся, коррекция эмоционально-волевой сферы, личностное развитие возможностей учащихся с задержкой психического развития (ЗПР), а также создание специальных условий для получения образования в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями и особыми образовательными потребностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого обучающегося как субъекта отношений в сфере образования.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- формирование общеинтеллектуальных умений (операции анализа, сравнения, обобщения, выделение существенных признаков и закономерностей, гибкость мыслительных процессов);

- углубление и расширение знаний учащихся исходя из интересов и специфики их способностей.

**Развивающие:**

- формирование и развитие логического мышления;

- развитие внимания (устойчивость, концентрация, расширение объёма, переключение и т.д.);

- развитие памяти (формирование навыков запоминания, устойчивости, развитие смысловой памяти);

- развитие коммуникативных навыков;

- развитие быстроты реакции;

- развитие саморегуляции, произвольной регуляции деятельности;

- развитие навыков уверенного поведения

**Воспитательные:**

- формирование положительной мотивации к учению;

- формирование адекватной самооценки, объективного отношения ребёнка к себе и своим качествам;

- формирование навыков умеренного поведения;

- формирование навыков конструктивного взаимодействия;

- формирование способности к осознанному и самостоятельному выбору профессии.

**Характеристика обучающихся с задержкой психического развития (ЗПР).**

Задержка психического развития (ЗПР) – это незрелость психических функций, вызванная замедленным созреванием головного мозга под влиянием неблагоприятных факторов, что приводит к отставанию психической деятельности (термин предложен Г. Е. Сухаревой в середине 60-х гг. прошлого века). Само понятие ЗПР употребляется по отношению к группе детей либо с функциональной недостаточностью центральной нервной системы, либо с минимальными органическими повреждениями.

Клинические и психологические исследования, проведенные Т. А. Власовой, М.С. Певзнер, К. С. Лебединской и др., позволили выделить четыре типа задержки психического развития: конституциональный, соматогенный, психогенный, церебральноорганического происхождения.

Симптомы ЗПР, как правило, не ярко проявляются в раннем и дошкольном возрасте. Однако в младшем школьном возрасте, когда возникает необходимость в переходе к сложным и опосредованным формам деятельности, ЗПР становится явной.

1. *Физические и моторные особенности.* Дети с ЗПР, как правило, позже начинают ходить, имеют более низкий вес и рост по сравнению со своими сверстниками, затруднения в координации движений, недостатки моторики, особенно мелкой.

2. *Уровень работоспособности* снижен, отличается быстрой утомляемостью и истощаемостью, что в совокупности с другими особенностями и является препятствием к усвоению знаний, умений и навыков. Отмечается неспособность к устойчивой целенаправленной деятельности.

3. *Уровень психического развития* не соответствует возрасту. Инфантильны, вследствие первичного нарушения темпа созревания поздно формирующихся лобных систем мозга в результате нарушения трофики. Это приводит к замедлению развития эмоционально-волевой сферы, что выражается в эмоциональной незрелости, несформированности произвольной регуляции поведения, снижении познавательной активности, мотивации поведения (в частности, учебной), низкому уровню самоконтроля.

4. *Уровень развития интеллекта* не соответствует возрасту ребенка. Отставание в развитии всех форм мышления (анализа, синтеза, сравнения, обобщения). Наглядно-действенное мышление развито лучше, чем наглядно-образное и словесно-логическое. Имеют затруднения в определении причинно-следственных связей и отношений между предметами и явлениями. Как правило, не могут выявить отличительные признаки сходных явлений и предметов (им легче определить различия явлений противоположного характера). Представления бедны и схематичны. Недостаточен объем общих знаний. Ограничен запас видовых понятий.

Еще одной особенностью мышления детей с задержкой психического развития является снижение познавательной активности (исследования Н. А. Менчинской). Одни дети практически не задают вопросов о предметах и явлениях окружающей действительности. Это медлительные, пассивные, с замедленной речью дети. Другие дети задают вопросы, касающиеся в основном

внешних свойств окружающих предметов. Обычно они несколько расторможены, многословны.

5. *Уровень развития речи* снижен: речь бедна и примитивна. Дети с ЗПР позже начинают говорить. Как правило, имеют дефекты произношения и/или задержка темпа развития отдельных сторон речи.

6. *Внимание* не устойчиво, имеет низкую концентрацию и распределение внимания. Как следствие, наблюдается отвлекаемость во время учебного процесса и быстрая утомляемость.

7. *Восприятие* имеет низкий уровень: недостаточность, фрагментарность, ограниченность объема.

8. *Память* отличается малым объемом, непрочностью и низкой продуктивностью произвольной памяти. Непосредственное запоминание легкого материала (знакомых слов, легкого текста, однозначных чисел) близко к норме, но при отсроченном воспроизведении, забывается полностью или неточностью и трудностью воспроизведения. Основной прием запоминания – механическое многократное повторение.

9. *Высшая форма игровой деятельности*(сюжетно-ролевая) не сформирована.

10. *Мотивация, самооценка и критичность* к результатам деятельности затруднены. Для детей характерно преобладание эмоциональной мотивации поведения, немотивированно повышенного фона настроения; повышенная внушаемость. Даже в младшем школьном возрасте дети несамостоятельны и не критичны к своему поведению.

11. *Эмоциональная или социальная депривация*. Внешнее воздействие тяжелой жизненной ситуации на развитие ребенка, когда не представлены условия для удовлетворения его основных психических потребностей в полной мере и длительное время. Отмечается фрустрация – блокада уже активизированной ранее удовлетворенно потребности. Эмоциональная сфера таких детей страдает, наблюдается проявления грубости, импульсивности, расторможенности влечений.

12. *Особенности обучения в школе*. Преобладающая ведущая игровая деятельность, низкий уровень самоконтроля, не умение планировать и осуществлять целенаправленные усилия, направленные на достижение поставленной цели ведут к частым пропускам уроков, невыполнение школьных заданий, отставании в усвоении учебного материала, принятии ситуации неуспеха, формирование отрицательного отношения к школе и не принятие ответственности за свои поступки и поведение.

Среди личностных контактов детей с ЗПР преобладают наиболее простые. У детей данной категории наблюдаются снижение потребности в общении со сверстниками, а также низкая эффективность их общения друг с другом во всех видах деятельности. Учебные трудности школьника, как правило, сопровождаются отклонениями в поведении. Из-за функциональной незрелости нервной системы процессы торможения и возбуждения мало сбалансированы. Ребёнок, либо очень возбудим, импульсивен, агрессивен, раздражителен, постоянно конфликтует с детьми, либо, наоборот, скован, заторможен, пуглив, в результате чего подвергается насмешкам со

стороны детей. Из таких взаимоотношений со средой, характеризующихся как состояние хронической дезадаптации, ребёнок самостоятельно, без психологической и педагогической помощи выйти не может.

### **Общая характеристика курса психологическая коррекция**

#### **Принципы программы:**

1. *Принцип единства диагностики и коррекции* отражает целостность процесса оказания психологической помощи. Этот принцип является основополагающим всей коррекционной работы, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы. Названный принцип реализуется в двух аспектах.

Во-первых, началу осуществления коррекционной работы обязательно должен предшествовать этап прицельного комплексного диагностического обследования, на его основании составляется первичное заключение и формулируются цели и задачи коррекционно-развивающей работы.

Во-вторых, реализация коррекционно-развивающей деятельности психолога требует постоянного контроля динамики изменений личности, поведения, деятельности, динамики эмоциональных состояний подростка, его чувств и переживаний в процессе коррекционной работы.

2. *Принцип нормативности развития.* Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов.

3. *Принцип коррекции «сверху вниз».* Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» для ребенка. Коррекция по принципу «сверху вниз» носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.

4. *Принцип коррекции «снизу вверх».* При его реализации в качестве основного содержания коррекционной работы рассматриваются упражнение и тренировка уже имеющихся психологических способностей. Коррекция поведения должна строиться как подкрепление (положительное или отрицательное) уже имеющихся шаблонов поведения с целью закрепления социально-желательного поведения и торможения социально нежелательного поведения.

5. *Принцип системности развития психологической деятельности.* Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач. Он базируется на результатах диагностического обследования, итогом которого становится представление системы причинно-следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами.

6. *Деятельностный принцип коррекции.* Данный принцип определяет выбор средств и способов достижения цели, пути и способы их реализации и тактику проведения коррекционной работы. Сама коррекционная работа строится не как простая тренировка навыков и умений, а как целостная

осмысленная деятельность, естественно и органически вписывающаяся в систему повседневных жизненных отношений ребенка. Деятельностный принцип коррекции: во-первых, определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, а во-вторых, задает способы коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности путем формирования обобщенных способов ориентировки.

7. *Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.* Этот принцип согласует требования соответствия хода психического и личностного развития ребенка нормативному развитию, с одной стороны, и признание бесспорного факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития личности — с другой. Через оптимизацию условий развития и предоставление ребенку возможностей для адекватной широкой ориентировки в проблемной ситуации она создает максимальные возможности для индивидуализации пути его развития и утверждения его «самости».

8. *Принцип комплексности методов психологического воздействия.* Этот принцип утверждает необходимость использования всего многообразия методов, техник и приемов из арсенала практической психологии.

9. *Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.* Принцип определяется той ролью, которую играет ближайший круг общения в психическом развитии ребенка. Система отношения ребенка с близкими взрослыми, особенности их межличностных отношений и общения, формы совместной деятельности, составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребенка, определяют зону ее ближайшего развития. Ребенок не развивается как изолированный индивид отдельно и независимо от социальной среды, вне общения с другими людьми. Ребенок развивается в целостной системе социальных отношений, неразрывно от них и в единстве с ними.

10. *Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.* При составлении коррекционной программы необходимо опираться на более развитые психические процессы и использовать методы, их активизирующие.

11. *Принцип программированного обучения.* Наиболее эффективно работают программы, состоящие из ряда последовательных операций, выполнение которых сначала с психологом, а затем самостоятельно приводит к формированию необходимых умений и действий.

12. *Принцип усложнения.* Каждое задание должно проходить ряд этапов: от минимально простого — к максимально сложному. Это позволяет поддерживать интерес в коррекционной работе и дает возможность ребенку испытать радость преодоления.

13. *Учет объема и степени разнообразия материала.* Во время реализации коррекционной программы необходимо переходить к новому объему материала только после относительной сформированности того или иного умения. Увеличивать объем материала и его разнообразие необходимо постепенно.

14. *Учет эмоциональной сложности материала.* Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать

благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно должно завершаться на позитивном эмоциональном фоне.

**Общая структура программы** для 5 – 8 классов включает в себя:

1 раздел – Диагностический блок – 2 занятия. Вначале курса занятий проводится диагностика развития познавательной и эмоционально-волевой сферы.

2 раздел – Познавательная сфера. Коррекционно-развивающие занятия идут с учетом возрастных особенностей обучающихся. Занятия направлены на развитие и коррекцию познавательных процессов, формирование и развитие УУД.

3 раздел – Эмоционально-волевая сфера. Занятия направлены на развитие и коррекцию эмоционально-волевой сферы, снятие эмоционального напряжения.

4 раздел – Коммуникативные навыки. Занятия направлены на развитие коммуникативных навыков, продуктивного взаимодействия с окружающими.

5 раздел – Диагностический блок – 2 занятия. По окончании курса занятий проводится диагностика динамики коррекции развития познавательной и эмоционально-волевой сфер.

**Для 9 класса общая структура программы** включает в себя:

1 раздел – Диагностический блок – 2 занятия. Вначале курса занятий проводится диагностика развития познавательной и эмоционально-волевой сферы.

2 раздел – Познавательная сфера. Коррекционно-развивающие занятия идут с учетом возрастных особенностей обучающихся. Занятия направлены на развитие и коррекцию познавательных процессов, формирование и развитие УУД.

3 раздел – Профессиональное самоопределение. Занятия данного раздела направлены на изучение мира профессий, собственных профессиональных склонностей и личностных особенностей, что способствует подготовке обучающегося к осознанному и самостоятельному выбору профессии.

4 раздел – Эмоционально-волевая сфера. Занятия направлены на развитие и коррекцию эмоционально-волевой сферы, снятие эмоционального напряжения.

5 раздел – Диагностический блок – 2 занятия. По окончании курса занятий проводится диагностика динамики коррекции развития познавательной и эмоционально-волевой сфер.

Количество занятий, отводимых на разделы 2 - 4, может варьироваться в сторону увеличения тематических занятий одного раздела и уменьшения тематических занятий другого, что обусловлено индивидуальными образовательными потребностями конкретного обучающегося с ЗПР.

**Методы работы:**

1. Психогимнастика.

2. Выполнение практических заданий и упражнений на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы.

3. Дискуссионные методы.
4. Сказкотерапия.
5. Релаксационные упражнения.
6. Рефлексия.
7. Беседа.

8. Метод направленной визуализации. Данный метод работы позволяет усилить резервы ребенка к достижению поставленных целей, способствует снятию эмоционального напряжения.

9. Метод признания достоинств. Данный метод позволяет стабилизировать самооценку учащегося, почувствовать уверенность в себе и осознать потребность в достижениях и стремление к успеху.

**Формы работы:** занятия проводятся с обучающимися с ЗПР 5 и 9 классов индивидуально или в малых группах.

### **Структура коррекционно-развивающих занятий:**

#### 1. Вводная часть.

Задача – создание у обучающихся определенного положительного эмоционального настроения. Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности. Для каждого занятия подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном занятии.

#### 2. Основная часть.

Задания подбирались с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для индивидуальной и коллективной работы.

Для достижения развивающего эффекта необходимо многократное выполнение заданий. Для предотвращения снижения интереса обучающихся к повторным выполнением одного и того же задания обеспечивается разнообразие внешнего оформления содержания ряда заданий, но сохраняется единство их внутренней психологической направленности. Реализуется принцип «спирали», т.е. возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.

#### 3. Заключительная часть.

Задача – подведение итогов занятия, обсуждение результатов работы обучающихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий, рефлексия.

Используя программу при работе с учащимися с ЗПР, следует учитывать **особенности:**

1. Каждый момент занятия следует подробно объяснить, при необходимости несколько раз.

2. Атмосфера занятия должна быть доброжелательной, ребёнок должен прочувствовать ситуацию успеха.

3. Любой успех школьника обязательно оценивается и поощряется.

4. Занятие длится не более 35 минут.

5. Задания построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение урока. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой.

6. Отсутствие отметок, т.к. снижается тревожность и беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов.

## **Раздел 2. Планируемые результаты**

**Личностные результаты** (система ценностных отношений обучающегося):

- Положительное отношение к школе.
- Принятие социальной роли ученика.
- Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи.
- Способность к оценке своей учебной деятельности.
- Знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение.
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.
- Адекватная самооценка и оценка окружающих людей.
- Сформированная мотивация к труду.
- Готовность совершить осознанный профессиональный выбор и адекватная оценка собственных возможностей по реализации жизненных планов.
- Сформированный самоконтроль на основе развития эмоциональных и волевых качеств.
- Умение вести диалог с разными людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения.

**Метапредметные результаты** изучения курса включают в себя формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

*Регулятивные УУД:*

- Сознательно планировать и организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата).
- Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.
- Начинать выполнение действия и заканчивать его в требуемый временной момент.
- Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
- Регуляция своего поведения в зависимости от ситуации.

*Познавательные УУД:*

- Овладение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем.
- Самостоятельное (при необходимости – с помощью) нахождение способов решения практических задач, применения различных методов познания.
- Использование элементов причинно-следственного анализа.
- Исследование несложных реальных связей и зависимостей.
- Определение существенных характеристик изучаемого объекта.
- Выбор верных критериев для сравнения, сопоставления, оценки объектов.

- Поиск и извлечение нужной информации по заданной теме в адаптированных источниках различного типа.
- Перевод информации из одной знаковой системы в другую (из текста в таблицу, из аудиовизуального ряда в текст и др.), выбор знаковых систем адекватно познавательной и коммуникативной ситуации.

*Коммуникативные УУД:*

- Оценивать свои учебные достижения, поведение, черты своей личности с учетом мнения других людей, в том числе для корректировки собственного поведения в окружающей среде, выполнение в повседневной жизни этических и правовых норм.
- Определение собственного отношения к явлениям современной жизни, формулирование своей точки зрения.
- Адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.
- Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
- Конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

### **Предметные результаты**

Предметные результаты определяются совместно с учителем:

- овладение содержанием АООП ООО (конкретных предметных областей, подпрограмм) с учетом индивидуальных возможностей детей с ЗПР;
- индивидуальные достижения по отдельным учебным предметам.

Обучающиеся с ЗПР достигают предметных результатов освоения основной образовательной программы на базовом уровне: овладевают общеобразовательными и общекультурными компетенциями в рамках предметных областей основной общеобразовательной программы основного общего образования.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы должны обеспечивать возможность дальнейшего успешного профессионального обучения и/или профессиональной деятельности школьников с ЗПР.

## **Раздел 3. Содержание курса**

### **5 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Диагностический блок (2 часа)**

##### **Тема 1. Знакомство. Диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); «Методика «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3 – 6 классах» Л. А. Ясюковой (оценка словесно-логического мышления).

##### **Тема 2. Диагностика эмоционально-волевой сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: анкета «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан), «Экспресс-методика выявления тревожности у 5-классников в период адаптации» О. Хмельницкой, метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

## **Раздел 2. Познавательная сфера (10 часов)**

### **Тема 3. Развитие внимания (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных свойств внимания.  
Динамическая пауза.

Тренировка внимания. Рефлексия.

- Развитие концентрации внимания.
- Развитие переключения внимания.
- Развитие объема внимания.

Упражнения: «Найди животных», «Каким цветом написано слово?», «Каждой руке свое дело», тест Мюнстерберга, корректурные пробы (буквы, цифры), «Найди сумму 15», «Распределение чисел», «Отыщи имена», задачи на внимательность, «3 – хлопки», «Обратный отсчет», «Перепиши правильно», «Пишущая машинка», «Шифровка», «Сосчитай правильно» (знаки, фигуры, цифры, орнамент), «Сделай по образцу», «Пройди лабиринт», «Найди отличия», «Исправь ошибки в предложениях», «Спрятанные животные», «Перепутанные предметы», «Путаница», «Расставь цифры по порядку», таблицы Шульте, «Найди отсутствующие цифры».

### **Тема 4. Развитие памяти (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов памяти.  
Динамическая пауза.

Тренировка памяти. Рефлексия.

- Развитие зрительной и образной памяти.
- Развитие слуховой памяти.
- Развитие словесно-логической памяти.

Упражнения: «Снежный ком» (овощи, фрукты, ягоды и т.п.), «Запомни 10 слов на слух», «Запомни фигуры в таблице и нарисуй», «Запомни последовательность» (букв, цифр, знаков, фигур), «Города», «Вспомни слова на тему...», «Слова на букву...», «Запомни картинки», «Опосредованная память», «Смысловая память», «Пиктограмма», «Запомни зрительно 12 двузначных чисел», «Запомни зрительно 20 слов», «Оперативная память», «Запомни зрительно 10 трехзначных чисел», «Воспроизведение рассказа», «Объем зрительной памяти», «Оценка логической памяти», «Запомни на слух 10 двузначных чисел», «Запомни на слух 10 словосочетаний», «Запомни зрительно 10 заштрихованных квадратов».

### **Тема 5. Развитие мышления (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов мышления.  
Динамическая пауза.

Тренировка мыслительных операций. Рефлексия.

- Развитие мышления: классификация и обобщение.
- Развитие мышления: аналогии и абстрагирование.
- Развитие словесно-логического мышления.

Упражнения: «Найди пару», «Последовательности», «А ну-ка, разберись», «Часть и целое», «От частного к общему», «Подбери общее понятие», «Выделение существенных признаков», «Разложи по группам», «Классификация по обобщающему слову», «Найд лишнее», «Общая осведомленность», «Подбери 2 слова к обобщающему», «Простые аналогии», «Сложные аналогии», «Анаграммы», «Назови одним словом», «Скорость протекания мыслительных процессов», «Анализ и синтез», «Логические задачи», «Сравни понятия», «Числовые ряды», словесный субтест Айзенка, числовой субтест Айзенка, прогрессивные матрицы Равена, «Составь предложения», «Выражение мысли другими словами», «Поиск общих признаков», «Поиск предметов со сходными свойствами», «Поиск предметов с противоположными свойствами», «Поиск способов применения предметов», «Перечень заглавий к тексту», «Сократи рассказ», «Ищем возможные причины», «Выражение», «Узнаем зашифрованные предложения», «Учимся замечать главное», «Гипотетическая ситуация».

### **Тема 6. Развитие воображения (1 час)**

Разминка. Упражнения на развитие творческого и пространственного воображения. Динамическая пауза. Совершенствование воображения. Рефлексия.

Упражнения: «Круги воображения», «Лингвистическое воображение», «Дорисуй», «Нарисуй предметы из геометрических фигур», «Друдлы», «Игра в слова», «Описание картинки», «Сочини стишок».

## **Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера (10 часов)**

### **Тема 7. Личностный смысл учения (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие учебной мотивации, мотивов учения. Динамическая пауза. Повышение учебной мотивации и положительного отношения к школе. Рефлексия.

- Мои цели и мотивы учения.
- Развитие учебной мотивации.

Упражнения: «Я – ученик», «Для чего я учусь?», «Мои успехи в школе», «В школе мне нравится...», «Что мне не нравится в школе», «Мои любимые и нелюбимые предметы», «Мои учителя», «Для чего нужно хорошо учиться?», «Кем я хочу стать в будущем?», «Мои школьные достижения».

### **Тема 8. Мои чувства и эмоции (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся пониманию своих эмоций и чувств, испытываемых другим человеком, анализу причин их возникновения. Динамическая пауза. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции. Рефлексия.

- Мой внутренний мир.
- Цвета моего настроения.
- Способы выражения эмоций.
- По дороге сказок в страну Эмоций.

Упражнения: «Мои чувства», «Карта настроения», «Мне нравится...», «Как я выражаю свои чувства», «Нарисуй свое настроение», «Такие разные чувства», «Цвета моего настроения», «Радость и как ее доставить другому человеку», «Отгадай эмоции», «Мои страхи», «Нарисуй свой страх», «Мои чувства и чувства других», «Я понимаю твои чувства», «Я уважаю твои чувства», «Я среди эмоций».

#### **Тема 9. Уверенность в себе и способы ее развития (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие уверенности в себе. Динамическая пауза. Тренировка навыков уверенного поведения. Рефлексия.

- Формирование навыков уверенного поведения.
- Развитие уверенности в себе.

Упражнения: «Лучшее в себе», «Радуга уверенности», «Формула любви к себе», «Ощущение уверенности», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мо достижения», «Стань уверенным».

#### **Тема 10. Развитие навыков саморегуляции (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков саморегуляции своего эмоционального состояния. Динамическая пауза. Обучение приемам саморегуляции. Рефлексия.

- Развитие саморегуляции
- Способы управления своими эмоциями

Упражнения: дыхательные упражнения, релаксационные упражнения, визуализация, медитация, «Управление эмоциями», «Нарисуй свои эмоции», «Цвета моего настроения», «Отреагирование негативных эмоциональных реакций (гнева, агрессии, обиды, страхов и т.п)», «Возьми эмоции под контроль», «Побеждаем волнение и тревогу», «Посмотри в лицо своему страху», «Сначала подумай, потом действуй», «Побеждаем негативные эмоции силой мысли», «Трансформация эмоций».

#### **Раздел 4. Коммуникативные навыки (10 часов)**

#### **Тема 11. Барьеры в общении и пути их преодоления (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся коммуникативных навыков, преодоление барьеров в общении. Динамическая пауза.

Обучение способам решения конфликтов и стратегиям поведения в конфликтной ситуации. Рефлексия.

- Я среди людей.
- Конфликты.
- Способы решения конфликтов.
- Стратегии поведения в конфликте.

Упражнения: «Я среди других людей», «Зеркало», «Ссора», «Помиришь-ка», «Способы преодоления барьеров в общении», «Рольевые ситуации», «Стратегии поведения в конфликте», «Компромисс и сотрудничество».

#### **Тема 12. Развитие навыков эффективного общения (6 часов)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков продуктивного взаимодействия. Динамическая пауза. Развитие

взаимопонимания, умений слушать и слышать друг друга. Обучение техникам «Активное слушание» и «Я-сообщение». Рефлексия.

- Что такое дружба?
- Мои друзья и одноклассники.
- Учимся слышать и слушать друг друга.
- Учимся понимать друг друга.
- Техника «Активное слушание».
- Техника «Я-сообщение».

Упражнения: «Что такое дружба», «Правила дружбы», «Мои друзья», «Мой лучший друг», «Ребята из моего класса», «Мои учителя», «Я слушаю и слышу», «Я – слушатель», «Взаимопонимание», «Гармоничное общение», «Мы понимаем друг друга», «Правила общения», «Ролевые ситуации», «Активное слушание», «Я-сообщение», «Передай другому», «Ассоциации», «Путаница».

### **Раздел 5. Диагностический блок (2 часа)**

#### **Тема 13. Контрольная диагностика познавательной сферы (1 час)**

Контрольная диагностика познавательной сферы. Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); «Методика «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3 – 6 классах» Л. А. Ясюковой (оценка словесно-логического мышления).

#### **Тема 14. Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса (1 час)**

Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: анкета «Оценка уровня школьной мотивации» Н. Г. Лускановой; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), «Экспресс-методика выявления тревожности у 5-классников в период адаптации» О. Хмельницкой, метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

### **6 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Диагностический блок (2 часа)**

##### **Тема 1. Диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А.Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А.Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); «Методика «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3 – 6 классах» Л.А. Ясюковой (оценка словесно-логического мышления).

##### **Тема 2. Диагностика эмоционально-волевой сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М. В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л.Н. Собчик).

## **Раздел 2. Познавательная сфера (10 часов)**

### **Тема 3. Развитие памяти (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов памяти. Динамическая пауза. Тренировка памяти. Рефлексия.

- Развитие зрительной и образной памяти.
- Развитие слуховой памяти.
- Развитие словесно-логической памяти.

Упражнения: «Снежный ком» (овощи, фрукты, ягоды и т.п.), «Запомни 10 слов на слух», «Запомни фигуры в таблице и нарисуй», «Запомни последовательность» (букв, цифр, знаков, фигур), «Города», «Вспомни слова на тему...», «Слова на букву...», «Запомни картинки», «Опосредованная память», «Смысловая память», «Пиктограмма», «Запомни зрительно 12 двузначных чисел», «Запомни зрительно 20 слов», «Оперативная память», «Запомни зрительно 10 трехзначных чисел», «Воспроизведение рассказа», «Объем зрительной памяти», «Оценка логической памяти», «Запомни на слух 10 двузначных чисел», «Запомни на слух 10 словосочетаний», «Запомни зрительно 10 заштрихованных квадратов».

### **Тема 4. Развитие внимания (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных свойств внимания. Динамическая пауза. Тренировка внимания. Рефлексия.

- Развитие концентрации внимания.
- Развитие переключения внимания.
- Развитие объема внимания.

Упражнения: «Найди животных», «Каким цветом написано слово?», «Каждой руке свое дело», тест Мюнстерберга, корректурные пробы (буквы, цифры), «Найди сумму 15», «Распределение чисел», «Отыщи имена», задачи на внимательность, «3 – хлопки», «Обратный отсчет», «Перепиши правильно», «Пишущая машинка», «Шифровка», «Сосчитай правильно» (знаки, фигуры, цифры, орнамент), «Сделай по образцу», «Пройди лабиринт», «Найди отличия», «Исправь ошибки в предложениях», «Спрятанные животные», «Перепутанные предметы», «Путаница», «Расставь цифры по порядку», таблицы Шульте, «Найди отсутствующие цифры».

### **Тема 5. Развитие мышления (4 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов мышления. Динамическая пауза. Тренировка мыслительных операций. Рефлексия.

- Развитие мышления: конкретизация и абстрагирование.
- Развитие мышления: классификация и обобщение.
- Развитие мышления: анализ и синтез.
- Развитие мышления: аналогии.

Упражнения: «Найди пару», «Последовательности», «А ну-ка, разберись», «Часть и целое», «От частного к общему», «Подбери общее понятие», «Выделение существенных признаков», «Разложи по группам», «Классификация по обобщающему слову», «Найди лишнее», «Общая осведомленность», «Подбери 2 слова к обобщающему», «Простые аналогии», «Сложные аналогии», «Анаграммы», «Назови одним словом», «Скорость протекания мыслительных процессов», «Анализ и синтез», «Логические задачи», «Сравни понятия», «Числовые ряды», словесный субтест Айзенка, числовой субтест Айзенка, прогрессивные матрицы Равена, «Составь предложения», «Выражение мысли другими словами», «Поиск общих признаков», «Поиск предметов со сходными свойствами», «Поиск предметов с противоположными свойствами», «Поиск способов применения предметов», «Перечень заглавий к тексту», «Сократи рассказ», «Ищем возможные причины», «Выражение», «Узнаем зашифрованные предложения», «Учимся замечать главное», «Гипотетическая ситуация».

### **Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера (10 часов)**

#### **Тема 6. Развитие учебной мотивации (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие учебной мотивации, мотивов учения. Динамическая пауза. Повышение учебной мотивации и положительного отношения к школе. Рефлексия.

- Мотивы учения.
- Эмоциональное отношение к школе.

Упражнения: «Я – ученик», «Для чего я учусь?», «Мои успехи в школе», «В школе мне нравится...», «Что мне не нравится в школе», «Мои любимые и нелюбимые предметы», «Мои учителя», «Для чего нужно хорошо учиться?», «Кем я хочу стать в будущем?», «Мои школьные достижения».

#### **Тема 7. Развитие уверенности в себе (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие уверенности в себе. Динамическая пауза. Тренировка навыков уверенного поведения. Рефлексия.

- Тренировка уверенности в себе.
- Эмоции и уверенное поведение.

Упражнения: «Лучшее в себе», «Радуга уверенности», «Формула любви к себе», «Ощущение уверенности», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным», «Мой портрет в уверенном цвете», «Ода о себе», «Уверен на все 100», «Король и королева».

#### **Тема 8. Мои чувства, способы управления эмоциями (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся пониманию своих эмоций и чувств, испытываемых другим человеком, анализу причин их возникновения. Динамическая пауза. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции и управлять ими. Рефлексия.

- Такие разные чувства.
- Как побороть тревогу и грусть?
- Учимся контролировать агрессию.
- Способы управления своими эмоциями.

Упражнения: «Мои чувства», «Карта настроения», «Мне нравится...», «Как я выражаю свои чувства», «Нарисуй свое настроение», «Такие разные чувства», «Цвета моего настроения», «Радость и как ее доставить другому человеку», «Отгадай эмоции», «Мои страхи», «Нарисуй свой страх», «Мои чувства и чувства других», «Я понимаю твои чувства», «Я уважаю твои чувства», «Я среди эмоций», «Управление эмоциями». Обучение способам снятия эмоционального напряжения (дыхательные упражнения, релаксационные упражнения, визуализация, медитация). «Отреагирование негативных эмоциональных реакций (гнева, агрессии, обиды, страхов и т.п)», «Возьми эмоции под контроль», «Побеждаем негативные эмоции силой мысли», «Трансформация эмоций».

### **Тема 9. Развитие силы воли и навыков произвольной регуляции деятельности (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся волевых качеств, навыков произвольной регуляции деятельности. Динамическая пауза. Развитие произвольности деятельности. Рефлексия.

- Развитие волевых качеств
- Развитие внутреннего самоконтроля

Упражнения: «Не хочу, но надо», «Решение проблемных ситуаций», «Конфета», «Нехочуха», «Учись слушать и выполнять», «Найди образец», «Сделай, как я», «Раскрась правильно», «Срисуй фигуры точно», «Образец и правило», «Неоконченные предложения», «Я слежу за собой».

### **Раздел 4. Коммуникативные навыки (10 часов)**

#### **Тема 10. Развитие навыков конструктивного общения (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков продуктивного взаимодействия. Динамическая пауза. Развитие взаимопонимания, обучение приемам эффективного общения. Рефлексия.

- Законы дружбы и товарищества.
- Приемы эффективного взаимодействия.
- Мои друзья и одноклассники.
- Как жить в гармонии со сверстниками?

Упражнения: «Что такое дружба», «Правила дружбы», «Мои друзья», «Ребята из моего класса», «Мои учителя», «Я слушаю и слышу», «Я – слушатель», «Взаимопонимание», «Гармоничное общение», «Мы понимаем друг друга», «Правила общения», «Рольевые ситуации», «Активное слушание», «Я-сообщение», «Мы с тобой похожи и не похожи», «Передай другому», «Ассоциации», «Путаница».

#### **Тема 11. Конфликты и способы их решения (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков преодоления барьеров в общении. Динамическая пауза. Обучение способам решения конфликтов и стратегиям поведения в конфликтной ситуации. Рефлексия.

- Конфликты в школе и дома.
- Правила бесконфликтного общения
- Способы решения конфликтов.

- Стратегии поведения в конфликте.

Упражнения: «Я среди других людей», «Зеркало», «Ссора», «Помирись-ка», «Способы преодоления барьеров в общении», «Рольевые ситуации», «Стратегии поведения в конфликте», «Компромисс и сотрудничество».

### **Тема 12. Развитие навыков сотрудничества (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков сотрудничества. Динамическая пауза. Развитие навыков совместной деятельности, взаимопонимания в общении. Рефлексия.

- Учимся договариваться.

- Как достичь взаимопонимания?

Упражнения: «Заклучим договор», «Взаимопонимание», «Я понимаю тебя, ты понимаешь меня», «Пойми меня правильно», «Диалог», «Гармоничное общение», «Давай договоримся». «Совместное творчество», «Помоги мне», «Давай выполним вместе...».

### **Раздел 5. Диагностический блок (2 часа)**

#### **Тема 13. Контрольная диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректурная проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); «Методика «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3 – 6 классах» Л. А. Ясюковой (оценка словесно-логического мышления).

#### **Тема 14. Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М. В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

### **7 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Диагностический блок (2 часа)**

##### **Тема 1. Диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректурная проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); тест исследования интеллекта Р. Амтхауэра, субтесты 1-4 (изучение словесно-логического мышления: общей осведомленности, мыслительных операций классификации, аналогии и обобщения).

##### **Тема 2. Диагностика эмоционально-волевой сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М. В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л.Н. Собчик).

## **Раздел 2. Познавательная сфера (10 часов)**

### **Тема 3. Развитие внимания (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных свойств внимания. Динамическая пауза. Тренировка внимания. Рефлексия.

- Развитие объема внимания.
- Развитие переключения внимания.
- Развитие концентрации внимания.

Упражнения: «Найди животных», «Каким цветом написано слово?», «Каждой руке свое дело», тест Мюнстерберга, корректурные пробы (буквы, цифры), «Найди сумму 15», «Распределение чисел», «Отыщи имена», задачи на внимательность, «3 – хлопки», «Обратный отсчет», «Перепиши правильно», «Пишущая машинка», «Шифровка», «Сосчитай правильно» (знаки, фигуры, цифры, орнамент), «Сделай по образцу», «Пройди лабиринт», «Найди отличия», «Исправь ошибки в предложениях», «Спрятанные животные», «Перепутанные предметы», «Путаница», «Расставь цифры по порядку», таблицы Шульте, «Найди отсутствующие цифры».

### **Тема 4. Развитие памяти (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов памяти. Динамическая пауза. Тренировка памяти. Рефлексия.

- Развитие слуховой памяти.
- Развитие зрительной и образной памяти.
- Развитие словесно-логической памяти.

Упражнения: «Снежный ком» (овощи, фрукты, ягоды и т.п.), «Запомни 10 слов на слух», «Запомни фигуры в таблице и нарисуй», «Запомни последовательность» (букв, цифр, знаков, фигур), «Города», «Вспомни слова на тему...», «Слова на букву...», «Запомни картинки», «Опосредованная память», «Смысловая память», «Пиктограмма», «Запомни зрительно 12 двузначных чисел», «Запомни зрительно 20 слов», «Оперативная память», «Запомни зрительно 10 трехзначных чисел», «Воспроизведение рассказа», «Объем зрительной памяти», «Оценка логической памяти», «Запомни на слух 10 двузначных чисел», «Запомни на слух 10 словосочетаний», «Запомни зрительно 10 заштрихованных квадратов».

### **Тема 5. Развитие мышления (4 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов мышления. Динамическая пауза. Тренировка мыслительных операций. Рефлексия.

- Развитие мышления: анализ и синтез.
- Развитие мышления: аналогии.
- Развитие мышления: конкретизация и абстрагирование.
- Развитие мышления: классификация и обобщение.

Упражнения: «Найди пару», «Последовательности», «А ну-ка, разберись», «Часть и целое», «От частного к общему», «Подбери общее понятие», «Выделение существенных признаков», «Разложи по группам», «Классификация по обобщающему слову», «Найди лишнее», «Общая осведомленность», «Подбери 2 слова к обобщающему», «Простые аналогии», «Сложные аналогии», «Анаграммы», «Назови одним словом», «Скорость протекания мыслительных процессов», «Анализ и синтез», «Логические задачи», «Сравни понятия», «Числовые ряды», словесный субтест Айзенка, числовой субтест Айзенка, прогрессивные матрицы Равена, «Составь предложения», «Выражение мысли другими словами», «Поиск общих признаков», «Поиск предметов со сходными свойствами», «Поиск предметов с противоположными свойствами», «Поиск способов применения предметов», «Перечень заглавий к тексту», «Сократи рассказ», «Ищем возможные причины», «Выражение», «Узнаем зашифрованные предложения», «Учимся замечать главное», «Гипотетическая ситуация».

### **Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера (10 часов)**

#### **Тема 6. Как укрепить уверенность в себе? (3 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие уверенности в себе. Динамическая пауза. Тренировка навыков уверенного поведения. Рефлексия.

- Мои успехи и неудачи. Формула успеха.
- Развитие уверенности в себе.
- Критерии уверенного поведения.

Упражнения: «Лучшее в себе», «Радуга уверенности», «Формула любви к себе», «Ощущение уверенности», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным», «Мой портрет в уверенном цвете», «Ода о себе», «Уверен на все 100», «Король и королева», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным».

#### **Тема 7. Мои цели и мотивы учения (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие учебной мотивации, мотивов учения. Динамическая пауза. Повышение учебной мотивации и положительного отношения к школе. Рефлексия.

- Личностный смысл учения.
- Развитие учебной мотивации.

Упражнения: «Я – ученик», «Для чего я учусь?», «Мои успехи в школе», «В школе мне нравится...», «Что мне не нравится в школе», «Мои любимые и нелюбимые предметы», «Мои учителя», «Для чего нужно хорошо учиться?», «Кем я хочу стать в будущем?», «Мои школьные достижения».

#### **Тема 8. Развитие произвольной регуляции деятельности (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся волевых качеств, навыков произвольной регуляции деятельности. Динамическая пауза. Развитие произвольности деятельности. Рефлексия.

- Развитие силы воли
- Развитие саморегуляции и самоконтроля

Упражнения: «Не хочу, но надо», «Решение проблемных ситуаций», «Конфета», «Нехочуха», «Учись слушать и выполнять», «Найди образец», «Сделай, как я», «Раскрась правильно», «Срисуй фигуры точно», «Образец и правило», «Неоконченные предложения», «Я слежу за собой».

### **Тема 9. Способы адекватного выражения чувств и управления своими эмоциями (3 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся пониманию свои эмоций и чувств, испытываемых другим человеком, анализу причин их возникновения Динамическая пауза. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции и управлять ими. Рефлексия.

- Адекватное выражение эмоций.
- Управление своими эмоциями.
- Я среди людей.

Упражнения: «Мои чувства», «Карта настроения», «Мне нравится...», «Как я выражаю свои чувства», «Нарисуй свое настроение», «Такие разные чувства», «Цвета моего настроения», «Радость и как ее доставить другому человеку», «Отгадай эмоции», «Нарисуй свой страх», «Мои чувства и чувства других», «Я понимаю твои чувства», «Я уважаю твои чувства», «Я среди эмоций», «Управление эмоциями». Обучение способам снятия эмоционального напряжения (дыхательные упражнения, релаксационные упражнения, визуализация, медитация). «Отреагирование негативных эмоциональных реакций (гнева, агрессии, обиды, страхов и т.п)», «Возьми эмоции под контроль», «Побеждаем негативные эмоции силой мысли», «Трансформация эмоций».

### **Раздел 4. Коммуникативные навыки (10 часов)**

#### **Тема 10. Обучение способам урегулирования конфликтов (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков преодоления барьеров в общении. Динамическая пауза. Обучение способам решения конфликтов и стратегиям поведения в конфликтной ситуации. Рефлексия.

- Способы решения конфликтных ситуаций.
- Стратегии поведения в конфликте.

Упражнения: «Я среди других людей», «Зеркало», «Ссора», «Помирись-ка», «Способы преодоления барьеров в общении», «Рольевые ситуации», «Стратегии поведения в конфликте», «Компромисс и сотрудничество».

#### **Тема 11. Развитие навыков сотрудничества со сверстниками (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков сотрудничества. Динамическая пауза. Развитие навыков совместной деятельности, взаимопонимания в общении. Рефлексия.

- Мои друзья.
- Принципы эффективного общения.
- Отношения с одноклассниками.
- Развитие навыков сотрудничества.

Упражнения: «Заклучим договор», «Взаимопонимание», «Я понимаю тебя, ты понимаешь меня», «Пойми меня правильно», «Диалог», «Гармоничное

общение», «Давай договоримся». «Совместное творчество», «Помоги мне», «Давай выполним вместе...».

### **Тема 12. Развитие навыков конструктивного взаимодействия со взрослыми (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков продуктивного взаимодействия. Динамическая пауза. Развитие взаимопонимания, обучение приемам эффективного общения. Рефлексия.

- Отношения с родителями.
- Принципы эффективного общения.
- Отношения с учителями и другими взрослыми.
- Продуктивное общение.

Упражнения: «Мои учителя», «Я слушаю и слышу», «Я – слушатель», «Взаимопонимание», «Гармоничное общение», «Мы понимаем друг друга», «Правила общения», «Ролевые ситуации», «Активное слушание», «Я-сообщение», «Мы с тобой похожи и не похожи», «Передай другому», «Ассоциации», «Путаница».

### **Раздел 5. Диагностический блок (2 часа)**

#### **Тема 13. Контрольная диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А.Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А.Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); тест исследования интеллекта Р. Амтхауэра, субтесты 1-4 (изучение словесно-логического мышления: общей осведомленности, мыслительных операций классификации, аналогии и обобщения).

#### **Тема 14. Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М. В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветных выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

### **8 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Диагностический блок (2 часа)**

#### **Тема 1. Диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); тест исследования интеллекта Р. Амтхауэра, субтесты 1-4

(изучение словесно-логического мышления: общей осведомленности, мыслительных операций классификации, аналогии и обобщения).

## **Тема 2. Диагностика эмоционально-волевой сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М.В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л.Н. Собчик).

## **Раздел 2. Познавательная сфера (10 часов)**

### **Тема 3. Развитие памяти (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов памяти. Динамическая пауза. Тренировка памяти. Рефлексия.

- Развитие слуховой памяти.
- Развитие зрительной и образной памяти.
- Развитие словесно-логической памяти.

Упражнения: «Снежный ком» (овощи, фрукты, ягоды и т.п.), «Запомни 10 слов на слух», «Запомни фигуры в таблице и нарисуй», «Запомни последовательность» (букв, цифр, знаков, фигур), «Города», «Вспомни слова на тему...», «Слова на букву...», «Запомни картинки», «Опосредованная память», «Смысловая память», «Пиктограмма», «Запомни зрительно 12 двузначных чисел», «Запомни зрительно 20 слов», «Оперативная память», «Запомни зрительно 10 трехзначных чисел», «Воспроизведение рассказа», «Объем зрительной памяти», «Оценка логической памяти», «Запомни на слух 10 двузначных чисел», «Запомни на слух 10 словосочетаний», «Запомни зрительно 10 заштрихованных квадратов».

### **Тема 4. Развитие внимания (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных свойств внимания. Динамическая пауза. Тренировка внимания. Рефлексия.

- Развитие переключения внимания.
- Развитие концентрации внимания.
- Развитие объема внимания.

Упражнения: «Найди животных», «Каким цветом написано слово?», «Каждой руке свое дело», тест Мюнстерберга, корректурные пробы (буквы, цифры), «Найди сумму 15», «Распределение чисел», «Отыщи имена», задачи на внимательность, «3 – хлопки», «Обратный отсчет», «Перепиши правильно», «Пишущая машинка», «Шифровка», «Сосчитай правильно» (знаки, фигуры, цифры, орнамент), «Сделай по образцу», «Пройди лабиринт», «Найди отличия», «Исправь ошибки в предложениях», «Спрятанные животные», «Перепутанные предметы», «Путаница», «Расставь цифры по порядку», таблицы Шульте, «Найди отсутствующие цифры».

### **Тема 5. Развитие мышления (4 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов мышления. Динамическая пауза. Тренировка мыслительных операций. Рефлексия.

- Развитие мышления: аналогии.
- Развитие мышления: анализ и синтез.

- Развитие мышления: классификация и обобщение.
- Развитие мышления: конкретизация и абстрагирование.

Упражнения: «Найди пару», «Последовательности», «А ну-ка, разберись», «Часть и целое», «От частного к общему», «Подбери общее понятие», «Выделение существенных признаков», «Разложи по группам», «Классификация по обобщающему слову», «Найди лишнее», «Общая осведомленность», «Подбери 2 слова к обобщающему», «Простые аналогии», «Сложные аналогии», «Анаграммы», «Назови одним словом», «Скорость протекания мыслительных процессов», «Анализ и синтез», «Логические задачи», «Сравни понятия», «Числовые ряды», словесный субтест Айзенка, числовой субтест Айзенка, прогрессивные матрицы Равена, «Составь предложения», «Выражение мысли другими словами», «Поиск общих признаков», «Поиск предметов со сходными свойствами», «Поиск предметов с противоположными свойствами», «Поиск способов применения предметов», «Перечень заглавий к тексту», «Сократи рассказ», «Ищем возможные причины», «Выражение», «Узнаем зашифрованные предложения», «Учимся замечать главное», «Гипотетическая ситуация».

### **Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера (10 часов)**

#### **Тема 6. Развитие уверенности в себе (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие уверенности в себе. Динамическая пауза. Тренировка навыков уверенного поведения. Рефлексия.

- Тренировка навыков уверенного поведения.
- Уверенность в себе и способы ее развития

Упражнения: «Лучшее в себе», «Радуга уверенности», «Формула любви к себе», «Ощущение уверенности», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным», «Мой портрет в уверенном цвете», «Ода о себе», «Уверен на все 100», «Король и королева», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным».

#### **Тема 7. Развитие учебной мотивации (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие учебной мотивации, мотивов учения. Динамическая пауза. Повышение учебной мотивации и положительного отношения к школе. Рефлексия.

- Развитие внутренней мотивации учения.
- Повышение учебной мотивации для успешного обучения.

Упражнения: «Я – ученик», «Для чего я учусь?», «Мои успехи в школе», «В школе мне нравится...», «Что мне не нравится в школе», «Мои любимые и нелюбимые предметы», «Мои учителя», «Для чего нужно хорошо учиться?», «Кем я хочу стать в будущем?», «Мои школьные достижения».

#### **Тема 8. Сила моих эмоций (3 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся пониманию своих эмоций и чувств, испытываемых другим человеком, анализу причин их возникновения. Динамическая пауза. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции. Рефлексия.

- Мои эмоции.
- Какие чувства мы скрываем?
- Страх и как его преодолеть.

Упражнения: «Мои чувства», «Карта настроения», «Мне нравится...», «Как я выражаю свои чувства», «Нарисуй свое настроение», «Такие разные чувства», «Цвета моего настроения», «Радость и как ее доставить другому человеку», «Отгадай эмоции», «Нарисуй свой страх», «Мои чувства и чувства других», «Я понимаю твои чувства», «Я уважаю твои чувства».

### **Тема 9. Управление своими эмоциями (3 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков саморегуляции своего эмоционального состояния. Динамическая пауза. Обучение приемам саморегуляции. Рефлексия.

- Приемы саморегуляции эмоционального состояния.
- Способы управления своими эмоциями.
- Учись владеть собой

Упражнения: «Я среди эмоций», «Управление эмоциями». Обучение способам снятия эмоционального напряжения (дыхательные упражнения, релаксационные упражнения, визуализация, медитация). «Отреагирование негативных эмоциональных реакций (гнева, агрессии, обиды, страхов и т.п.)», «Возьми эмоции под контроль», «Побеждаем негативные эмоции силой мысли», «Трансформация эмоций».

## **Раздел 4. Коммуникативные навыки (10 часов)**

### **Тема 10. Конфликтные ситуации и способы их разрешения (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков преодоления барьеров в общении. Динамическая пауза. Обучение способам решения конфликтов и стратегиям поведения в конфликтной ситуации. Рефлексия. Конфликты и способы их разрешения.

- Стратегии поведения в конфликте.

Упражнения: «Я среди других людей», «Зеркало», «Ссора», «Помирись-ка», «Способы преодоления барьеров в общении», «Рольевые ситуации», «Стратегии поведения в конфликте», «Компромисс и сотрудничество».

### **Тема 11. Развитие навыков безопасного поведения в подростковой среде (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков безопасного поведения. Динамическая пауза. Развитие способности противостоять негативным явлениям в подростковой среде. Развитие ответственности за свои поступки. Рефлексия.

- Правила безопасного поведения.
- Умей сказать «нет!».
- Я – подросток.

Особенности взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Упражнения: «Безопасное поведение в обществе», «Я могу сказать «нет!»», «Заклучим договор», «Взаимопонимание», «Я понимаю тебя, ты понимаешь меня», «Пойми меня правильно», «Диалог», «Гармоничное общение», «Давай договоримся». «Помоги мне», «Давай выполним вместе...».

## **Тема 12. Развитие навыков продуктивного взаимодействия (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков конструктивного взаимодействия. Динамическая пауза. Развитие взаимопонимания, обучение приемам эффективного общения. Рефлексия.

- Вербальное и невербальное общение.
- Невербальные средства общения.
- Приемы эффективного общения.
- Развитие навыков конструктивного взаимодействия.

Упражнения: «Язык жестов», «Автобусы», «Тихий разговор», «Пантомима», «Передай сообщение без слов», «Крокодил», «Спасибо, что помог», «Я слушаю и слышу», «Я – слушатель», «Взаимопонимание», «Гармоничное общение», «Мы понимаем друг друга», «Правила общения», «Ролевые ситуации», «Активное слушание», «Я-сообщение», «Мы с тобой похожи и не похожи», «Передай другому», «Ассоциации», «Путаница».

### **Раздел 5. Диагностический блок (2 часа)**

#### **Тема 13. Контрольная диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); тест исследования интеллекта Р. Амтхауэра, субтесты 1-4 (изучение словесно-логического мышления: общей осведомленности, мыслительных операций классификации, аналогии и обобщения).

#### **Тема 14. Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса (1 час)**

Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы.

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М.В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

### **9 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Диагностический блок (2 часа)**

##### **Тема 1. Диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); тест исследования интеллекта Р. Амтхауэра, субтесты 1-4 (изучение словесно-логического мышления: общей осведомленности, мыслительных операций классификации, аналогии и обобщения).

## **Тема 2. Диагностика эмоционально-волевой сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М. В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

## **Раздел 2. Познавательная сфера (10 часов)**

### **Тема 3. Развитие внимания (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных свойств внимания. Динамическая пауза. Тренировка внимания. Рефлексия.

- Развитие переключения внимания.
- Развитие объема внимания.
- Развитие концентрации внимания.

Упражнения: «Найди животных», «Каким цветом написано слово?», «Каждой руке свое дело», тест Мюнстерберга, корректурные пробы (буквы, цифры), «Найди сумму 15», «Распределение чисел», «Отыщи имена», задачи на внимательность, «3 – хлопки», «Обратный отсчет», «Перепиши правильно», «Пишущая машинка», «Шифровка», «Сосчитай правильно» (знаки, фигуры, цифры, орнамент), «Сделай по образцу», «Пройди лабиринт», «Найди отличия», «Исправь ошибки в предложениях», «Спрятанные животные», «Перепутанные предметы», «Путаница», «Расставь цифры по порядку», таблицы Шульте, «Найди отсутствующие цифры».

### **Тема 4. Развитие памяти (3 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов памяти. Динамическая пауза. Тренировка памяти. Рефлексия.

- Развитие словесно-логической памяти.
- Развитие слуховой памяти.
- Развитие зрительной и образной памяти.

Упражнения: «Снежный ком» (овощи, фрукты, ягоды и т.п.), «Запомни 10 слов на слух», «Запомни фигуры в таблице и нарисуй», «Запомни последовательность» (букв, цифр, знаков, фигур), «Города», «Вспомни слова на тему...», «Слова на букву...», «Запомни картинки», «Опосредованная память», «Смысловая память», «Пиктограмма», «Запомни зрительно 12 двузначных чисел», «Запомни зрительно 20 слов», «Оперативная память», «Запомни зрительно 10 трехзначных чисел», «Воспроизведение рассказа», «Объем зрительной памяти», «Оценка логической памяти», «Запомни на слух 10 двузначных чисел», «Запомни на слух 10 словосочетаний», «Запомни зрительно 10 заштрихованных квадратов».

### **Тема 5. Развитие мышления (4 часа)**

Разминка. Упражнения на развитие различных видов мышления. Динамическая пауза. Тренировка мыслительных операций. Рефлексия.

- Развитие мышления: классификация и обобщение.
- Развитие мышления: конкретизация и абстрагирование.
- Развитие мышления: аналогии.
- Развитие мышления: анализ и синтез.

Упражнения: «Найди пару», «Последовательности», «А ну-ка, разберись», «Часть и целое», «От частного к общему», «Подбери общее понятие», «Выделение существенных признаков», «Разложи по группам», «Классификация по обобщающему слову», «Найди лишнее», «Общая осведомленность», «Подбери 2 слова к обобщающему», «Простые аналогии», «Сложные аналогии», «Анаграммы», «Назови одним словом», «Скорость протекания мыслительных процессов», «Анализ и синтез», «Логические задачи», «Сравни понятия», «Числовые ряды», словесный субтест Айзенка, числовой субтест Айзенка, прогрессивные матрицы Равена, «Составь предложения», «Выражение мысли другими словами», «Поиск общих признаков», «Поиск предметов со сходными свойствами», «Поиск предметов с противоположными свойствами», «Поиск способов применения предметов», «Перечень заглавий к тексту», «Сократи рассказ», «Ищем возможные причины», «Выражение», «Узнаем зашифрованные предложения», «Учимся замечать главное», «Гипотетическая ситуация».

### **Раздел 3. Профессиональное самоопределение (10 часов)**

#### **Тема 6. В мире профессий (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся представлений о многообразии профессий и специальностей, классификации профессий. Динамическая пауза. Составление формулы профессии. Рефлексия.

- Профессия и специальность.
- Классификация профессий.
- «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова.
- Формула профессии.

Упражнения: «Профессия и специальность», «Востребованные профессии», «Профессии будущего», «Мотивы выбора профессии», «Классификация профессий», «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова, «Мой тип профессии». Составление формул профессий. Профориентационные упражнения.

#### **Тема 7. Мои индивидуальные особенности и выбор профессии (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся представлений о своих личностных особенностях, особенностях темперамента и характера, их учет при выборе профессии. Динамическая пауза. Профориентационные упражнения. Рефлексия.

- Мои личностные особенности и выбор профессии.
- Темперамент, характер и выбор профессии.

Упражнения и диагностика: «Выявление личностных особенностей», «Черты характера и самооценка», «Определение типа темперамента» (тест Г. Айзенка), «Мои особенности и выбор профессии». Профориентационные упражнения.

#### **Тема 8. Мой осознанный выбор профессии (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся представлений о профессиограмме и технике ее составления. Динамическая пауза. Ориентация в выбранной профессии. Профориентационные упражнения. Рефлексия.

- Моя профессиограмма.

- Техника составления профессиограммы.
- Моя будущая профессия.
- Я сделал свой выбор!

Упражнения: «Что такое профессиограмма?», «Составление профессиограммы выбранной профессии», «Анализ своей профессиограммы». «Моя будущая профессия». Профориентационные упражнения.

#### **Раздел 4. Эмоционально-волевая сфера (10 часов)**

##### **Тема 9. Личностный смысл учения (1 час)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие учебной мотивации, мотивов учения. Динамическая пауза. Повышение учебной мотивации и положительного отношения к школе. Рефлексия.

Упражнения: «Для чего нужно хорошо учиться?», «Путь к цели», «Мои успехи в школе», «В школе мне нравится...», «Мои любимые и нелюбимые предметы», «Мои учителя», «Мои школьные достижения».

##### **Тема 10. Мои сильные эмоции и способы управления ими (3 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на обучение учащихся пониманию своих эмоций и чувств, испытываемых другим человеком, анализу причин их возникновения. Динамическая пауза. Развитие умения управлять своими эмоциями, развитие навыков саморегуляции. Рефлексия.

- Эмоции, которые я испытываю.
- Как справиться со стрессом? Развитие навыков саморегуляции.
- Управление своими эмоциями.

Упражнения: «Я среди эмоций», «Мои чувства», «Карта настроения», «Цвета моего настроения», «Отгадай эмоции», «Управление эмоциями». Обучение способам снятия эмоционального напряжения (дыхательные упражнения, релаксационные упражнения, визуализация, медитация). «Отреагирование негативных эмоциональных реакций (гнева, агрессии, обиды, страхов и т.п)», «Возьми эмоции под контроль», «Побеждаем негативные эмоции силой мысли», «Трансформация эмоций».

##### **Тема 11. Как укрепить уверенность в себе? (2 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие уверенности в себе. Динамическая пауза. Тренировка навыков уверенного поведения. Рефлексия.

- Развитие уверенности в себе.
- Навыки уверенного поведения.

Упражнения: «Король и королева», «Мой портрет в лучах солнца», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным», «Лучшее в себе», «Радуга уверенности», «Формула любви к себе», «Ощущение уверенности», «Герб уверенности», «Мои достижения», «Стань уверенным», «Мой портрет в уверенном цвете», «Ода о себе», «Уверен на все 100».

##### **Тема 12. Эмоции и конструктивное взаимодействие (4 часа)**

Разминка. Игры и упражнения, направленные на развитие у учащихся навыков преодоления барьеров в общении. Динамическая пауза. Обучение приемам эффективного общения. Рефлексия.

- Бесконфликтное взаимодействие.

- Адекватное выражение эмоций в процессе взаимодействия.
- Эмоции и гармоничное общение.
- Развитие навыков эффективного общения.

Упражнения: «Я среди других людей», «Зеркало», «Ссора», «Помиришь-ка», «Способы преодоления барьеров в общении», «Рольевые ситуации», «Стратегии поведения в конфликте», «Компромисс и сотрудничество», «Взаимопонимание», «Пойми меня правильно», «Диалог», «Гармоничное общение», «Давай договоримся», «Я слушаю и слышу», «Мы понимаем друг друга», «Правила общения», «Активное слушание», «Я- сообщение», «Ассоциации».

### **Раздел 5. Диагностический блок (2 часа)**

#### **Тема 13. Контрольная диагностика познавательной сферы (1 час)**

Используемые методики для диагностики познавательной сферы: методика «Узнавание фигур» А. Н. Бернштейна (исследование процессов восприятия и узнавания графических объектов); методика «Заучивание 10 слов» А. Р. Лурия (оценка уровня развития кратковременной и долговременной слухоречевой памяти на слова); методика «Корректирующая проба», буквенный вариант (оценка устойчивости, переключения и объема произвольного внимания); тест исследования интеллекта Р. Амтхауэра, субтесты 1-4 (изучение словесно-логического мышления: общей осведомленности, мыслительных операций классификации, аналогии и обобщения).

#### **Тема 14. Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса (1 час)**

Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы.

Используемые методики для диагностики эмоционально-волевой сферы: методика «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» М. В. Матюхиной; «Методика исследования самооценки» Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан), метод цветowych выборов М. Люшера (в модификации Л. Н. Собчик).

## **Раздел 4. Тематическое планирование**

### **Тематическое планирование в 5 классе**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел / тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Раздел 1. Диагностический блок</b>		<b>2</b>
1	Знакомство. Диагностика познавательной сферы	1
2	Диагностика эмоционально-волевой сферы	1
<b>Раздел 2. Познавательная сфера</b>		<b>10</b>
3	Развитие внимания	3
4	Развитие памяти	3

5	Развитие мышления	3
6	Развитие воображения	1
<b>Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера</b>		<b>10</b>
7	Личностный смысл учения	2
8	Мои чувства и эмоции	4
9	Уверенность в себе и способы ее развития	2
10	Развитие навыков саморегуляции	2
<b>Раздел 4. Коммуникативные навыки</b>		<b>10</b>
11	Барьеры в общении и пути их преодоления	4
12	Развитие навыков эффективного общения	6
<b>Раздел 5. Диагностический блок</b>		<b>2</b>
13	Контрольная диагностика познавательной сферы	1
14	Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса	1
Всего за год		<b>34</b>

### Тематическое планирование в 9 классе

№ п/п	Раздел / тема	Кол-во часов
<b>Раздел 1. Диагностический блок</b>		<b>2</b>
1	Знакомство. Диагностика познавательной сферы	1
2	Диагностика эмоционально-волевой сферы	1
<b>Раздел 2. Познавательная сфера</b>		<b>10</b>
3	Развитие внимания	3
4	Развитие памяти	3
5	Развитие мышления	4
<b>Раздел 3. Профессиональное самоопределение</b>		<b>10</b>
6	В мире профессий	4
7	Мои индивидуальные особенности и выбор профессии	2
8	Мой осознанный выбор профессии	4
<b>Раздел 4. Эмоционально-волевая сфера</b>		<b>10</b>
9	Личностный смысл учения	1
10	Мои сильные эмоции и способы управления ими	3
11	Как укрепить уверенность в себе?	2
12	Эмоции и конструктивное взаимодействие	4
<b>Раздел 5. Диагностический блок</b>		<b>2</b>
13	Контрольная диагностика познавательной сферы	1
14	Контрольная диагностика эмоционально-волевой сферы. Подведение итогов коррекционного курса	1
Всего за год		<b>34</b>

### Методические рекомендации для использования сетевых ресурсов

1. Бабкина Н. В. Радость познания. - М.: 2000 г.

2. Винник М. О. "Задержка психического развития". - Ростов - на - Дону: "ФЕНИКС", 2007.
3. Гунина Е. В. "Диагностика и коррекция мышления неуспевающих школьников". - КЛИО, 1997.
4. Зинкевич - Евстигнеева Т. Д., Тихонова Е. А. "Проективная диагностика в сказкотерапии". - СПб "РЕЧЬ", 2003.
5. Игры - обучение, тренинг, досуг...// Под ред. В. В. Петруссинского. В 4-х томах. - М.: Новая школа, 1994.
6. Ильина М. В. "Чувствуем, познаём, размышляем". - М.: АРКТИ, 2004.
7. Истратова О. Н. "Практикум по детской психокоррекции: Игры, упражнения, техники". - Ростов-на-Дону "Феникс", 2008.
8. Карелина И. О. "Эмоциональное развитие детей". - Ярославль: "Академия развития", 2006.
9. Кипнис М. "128 лучших игр и упражнений для любого тренинга. Как зарядить, оживить, настроить и сплотить группу". - М.: "АСТ", СПб: Прайм - ЕВРОЗНАК, 2009.
10. Козак О. Н. "Путешествие в страну игр". - СПб.: "Союз", 1997.
11. Кряжева Н. Л. "Мир детских эмоций". - Ярославль: "Академия развития", 2001.
12. Леванова Е. А., Волошина А. Е. "Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия". - ПИЕТР, 2009 г.
13. Любимова Т. Е. "Учить не только мыслить, но и чувствовать". - Чебоксары: "КЛИО", 1994.
14. Никольская И. Л., Тигранова Л. И. "Гимнастика для ума" - М.: 1997
15. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками //Под ред. Битяновой М. Р. - ПИЕТР, 2002.
16. Ромашкова Е. И. "Игровые модели интеллектуального досуга в семье и школе". - Владимир, 1997.
17. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте //Под ред. И. В. Дубровиной. - М.: Академия, 1995.
18. Семенченко П. М. "399 задач для развития ребёнка". - М.: 2000
19. Фопель К. "Как научить детей сотрудничать" в 4-х томах. М.: ГЕНЕЗИС, 2001.
20. Чистякова М. И. "Психогимнастика". - М: Просвещение, 1990
21. Шмаков С., Безбородова Н. "От игры к самовоспитанию: сборник игр- коррекций". - М: Новая школа, 1993.

### **Интернет-ресурсы**

Журнал "Воспитание и обучение детей с нарушениями в развитии"  
<http://www.schoolpress.ru/journal/issues/razvitie/index.php>

"Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" - [http:// festival. 1 september.ru](http://festival.1september.ru)

"Педагогическая библиотека" - <http://www.pedlih.rti>

"Мир Психологии" - <http://psychology.net.ru>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336389013

Владелец Минсадирова Фамира Закрулловна

Действителен с 08.04.2024 по 08.04.2025