***Приложение №1***

***к адаптированной основной образовательной программе***

***основного общего образования***

***Рабочая программа***

***по коррекционному курсу***

***«Психокоррекционные занятия»***

***для 8 класса***

Тип программы: **программа основного общего образования**

Уровень: **адаптированная для обучающихся с задержкой психического развития**

**1. Результаты освоения коррекционного курса**

Рабочая программа индивидуальных и групповых коррекционно- развивающих занятий в 8 классе для детей с задержкой психического развития разработана на основе:

-развивающей программы для младших подростков «Уроки психологического развития в средней школе» (авт. Н.П. Локалова);

- программ уроков психологии для школьников (авт. А.В. Микляева);

- программы «Тропинка к своему «Я»» (уроки психологии в средней школе) (авт. О.В. Хухлаева); особенностей психологического развития обучающихся с задержкой психического развития.

Предлагаемая программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья обучающихся, так как способствует развитию интереса школьника к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности подростка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс направлен на формирование у обучающихся следующих умений и способностей: - умение адекватно вести себя в различных ситуациях;

* умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
* умение справляться с негативными эмоциями;
* умение отстаивать свою позицию в коллективе, выстраивать бесконфликтные отношения с окружающими;
* стремление к изучению своих возможностей и способностей.

Целью программы являетсясоздание условий для успешной социальнопсихологической адаптации обучающихся и их всестороннего личностного развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

**Ожидаемый результат:**

1. Развитие познавательных процессов (ощущений, восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения);
2. Формирование психологических предпосылок овладения учебной деятельностью (умение копировать образец, заданный как в наглядной, так и в словесной формах; умение слушать и слышать учителя; умение учитывать в своей работе требования учителя);
3. Устойчивость эмоционально-волевой сферы школьника, коммуникативных навыков;
4. Развитие чувства сплоченности, ответственности, формирование опыта нравственного поведения;
5. Формирование психологических новообразований среднего школьного возраста, произвольности;
6. Физиологическое и психологическое благополучие участников образовательного процесса.
7. Функционирование профилактической службы школы, способной оказать своевременную психолого-педагогическую помощь и поддерживать стабильно высокие показатели проведенной работы.

**2. Содержание коррекционного курса с указанием форм организации и видов деятельности.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п\п | Раздел | Содержание |
| 1 | Развитие познавательных способностей. | 1. Развитие внимания (переключение, распределение, произвольность, устойчивость). 2. Развитие памяти. 3. Развитие вербального, логического мышления (анализ, синтез, абстрагирование, установление закономерностей, установление сходства и различий, выделение существенных признаков). 4. Развитие пространственных представлений. 5. Развитие внутреннего плана действий. |
| 2 | Развитие способности к рефлексии. | 1. Рефлексия собственных личностных качеств. 2. Рефлексия собственных чувств. 3. Рефлексия собственных достижений. 4. Рефлексия обратной связи от окружающих. Рефлексия в режиме развивающей психодиагностики. |
| 3 | Знакомство с миром эмоций. | 1. Развитие умения дифференцировать чувства. 2. Развитие умения различать собственные эмоциональные состояния. 3. Формирование навыка распознавания эмоций другого человека. 4. Создание условий для осознания подростками амбивалентности эмоций. 5. Создание условий для "нормализации" переживания социально-неодобряемых эмоций. 6. Создание условий для осознания необходимости управления собственными эмоциями. 7. Обучение методам и приемам снятия эмоционального напряжения, безопасной разрядки страхов (тревоги), агрессии, негативных эмоций, связанных с   обидой, переживанием чувства вины и стыда. |
| 4 | Знакомство с внутренним миром. | 1. Изучение собственных достоинств и недостатков, создание условий для осознания развивающих возможностей недостатков. 2. Создание условий для самопринятия подростков. 3. Формирование мотивации на работу с собственными недостатками. 4. Обращение подростков к собственной ценностно-смысловой сфере. 5. Формирование представления о ценностях окружающих для развития навыков децентрации в общении. 6. Исследование особенностей организации   своего времени. |
|  |  | 1. Обращение подростков к собственным перспективным планам, в том числе и профессиональным. 2. Создание условий для осознания собственных стереотипов «идеальной внешности», обучение приемам разрядки негативных чувств, связанных с переживанием недостатков своей внешности. 3. Создание условий для разрядки стремления к необдуманному риску и формирования представлений об осознанном риске. 4. Формирование представлений об уверенном, неуверенном и самоуверенном поведении. 5. Тренировка уверенного поведения, формирование навыка противостояния   групповому давлению. |
| 5 | Обучение навыкам эффективного взаимодействия. | 1. Формирование представлений о вербальной и невербальной информации в общении: развитие умения различать виды вербальных реакций, знакомство с основными закономерностями «языка жестов», формирование представлений о правилах эффективной подачи и эффективного приема информации. 2. Развитие умения различать виды поведения, создание условий для анализа различных стилей общения и их эффективности, последствий их использования. 3. Развитие эмпатии подростков, внимательного отношения к другому человеку, доверительного отношения к окружающим. 4. Формирование представления о механизме безопасного выражения чувств и конструктивного выражения претензий через   «Я-высказывания». |
|  |  | 1. Создание условий для осознанияпозитивного опыта семейного взаимодействия, для поиска причин трудностей в отношении с родными. 2. Формирование представлений о дружбе и ее психологических составляющих. 3. Формирование представлений о коммуникативных барьерах, обучение приемам общения с окружающими при наличии коммуникативных барьеров. 4. Формирование представлений о конфликте, обучение приемам бесконфликтного взаимодействия со сверстниками, тренинг   поведения в конфликтных ситуациях. |

**3. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Содержание занятия** | **Кол- во**  **часов** |
| 1 | Создание условий для обращения подростков к своему опыту общения на модели игровой ситуации.  Диагностика уровня развития памяти и мышления.  Исследование школьной мотивации учащихся. | 1 |
| 2 | Формирование представления о вербальной и невербальной информации в общении.  Диагностика уровня развития внимания, воображения и  восприятия. | 1 |
| 3 | Развитие навыка понимания невербальной информации. | 1 |
| 4 | Создание условий для анализа роли мимики и контакта  глаз в общении с людьми. | 1 |
| 5 | Ознакомление с основными закономерностями "языка  жестов". | 1 |
| 6 | Формирование представлений о правилах эффективной  подачи информации. | 1 |
| 7 | Отработка навыка эффективного приема информации. | 1 |
| 8 | Создание условий для исследования подростками  информационных барьеров в общении. | 1 |
| 9 | Создание условий для анализа учащимися  коммуникативных барьеров. | 1 |
| 10 | Ознакомление с каналами приема и передачи  информации. | 1 |
| 11 | Создание условий для исследования подростками  собственных стереотипов в общении. | 1 |
| 12 | Формирование представлений о позициях в общении. | 1 |
| 13 | Создание условий для анализа психологического  содержания позиций в общении. | 1 |
| 14 | Создание условий для анализа различных стилей общения 1  и их эффективности. | 1 |
| 15 | Создание условий для анализа эффективности различных  стилей общения и последствий их использования. | 1 |
| 16 | Подведение к осознанию амбивалентного смысла  конфликта (отрицательного и положительного). | 1 |
| 17 | Создание условий для анализа собственного опыта  конфликтного взаимодействия с точки зрения его  конструктивности. | 1 |
| 18 | Развитие способности анализировать свое эмоциональное  состояние в конфликте. | 1 |
| 19 | Систематизация представлений, связанных с  индивидуальным опытом по преодолению негативных эмоциональных состояний. | 1 |
| 20 | Тренировка навыков преодоления негативных  эмоциональных состояний | 1 |
| 21 | Актуализация личного опыта использования различных  стилей поведения в конфликте на модели игровой ситуации. | 1 |
| 22 | Развитие навыков рефлексии через самоанализ стилей  поведения в конфликте. | 1 |
| 23 | Формирование представлений о сильных и слабых  сторонах различных стилей поведения в конфликте. | 1 |
| 24 | Создание условий для апробирования алгоритма анализа  своей роли в конфликте. | 1 |
| 25 | Создание условий для анализа искажающего влияния  конфликтной ситуации на восприятие другого человека. | 1 |
| 26 | Создание условий для поиска стратегии рационального  целеполагания в конфликте | 1 |
| 27 | Создание условий для обращения подростков к  собственному опыту доверия-недоверия | 1 |
| 28 | Развитие способности доверительного отношения к  окружающим. | 1 |
| 29 | Развитие навыков рефлексии через самоанализ умения  слушать и слышать собеседника. | 1 |
| 30 | Актуализация опыта общения в ситуации наличия  коммуникативных барьеров на модели игровой ситуации. | 1 |
| 31 | Обучение приемам общения с окружающими при наличии  коммуникативных барьеров ("Эгоцентрик"). | 1 |
| 32 | Обучение приемам общения с окружающими при наличии коммуникативных барьеров ("Агрессор").  Диагностика уровня развития памяти и мышления. | 1 |
| 33 | Обобщение опыта общения с людьми с коммуникативными барьерами.  Исследование школьной мотивации. | 1 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 34-35 | Создание условий для оценки подростками своих достижений в овладении навыками общения на модели игровой ситуации.  Диагностика уровня развития внимания, воображения и  восприятия. | 2 |
| **Всего:** | | **35ч** |