

Приложение № 18
к Адаптированной образовательной
программе для обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) МАОУ Черновской СОШ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционно-развивающего курса

«Психокоррекционные занятия»
5-9 классы

Планируемые результаты освоения коррекционно-развивающего курса:

- 1.-управлять своими эмоциональными состояниями при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия;
- 2.-организовывать собственную жизнедеятельность по достижению состояния индивидуального благополучия (соматического, психологического и социального) с учетом возможностей своего здоровья;
- 3.-активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- 4.-проявлять позитивные качества личности в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

2.Цели и задачи коррекционно-развивающего курса:

Целью программы является оказание помощи в самопознании обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их индивидуальных способностей для наиболее благополучной адаптации в обществе. Раскрыть сильные стороны и индивидуальные качества личности, которые могут впоследствии стать стержневыми, определяют жизненный путь учащегося.

Задачи:

1. Педагогически побудить к самопознанию, формировать мотивы самопознания.
2. Ознакомить с понятиями: психология, Я - концепция, личность, самооценка, индивидуальность, индивид, эмоции, чувства, темперамент.
3. Выявить интересы, склонности и способности подростка.
4. Сформировать правильное, адекватное отношение к себе, самооценку.
5. Подвести к осознанию необходимости и постановке целей самосовершенствования.
6. Создание условий для успешной социальной адаптации учащихся и их всестороннего личностного развития с учётом возрастных и индивидуальных особенностей личности.
7. Развивать культуру общения с собеседниками, желание высказывать своё мнение, прислушиваться к мнению других людей.
8. Способствовать развитию желания работать над собой, постигать себя, видеть свои сильные и слабые стороны.
9. Оказать подросткам психолого-педагогическую поддержку.
10. Познакомить подростков с миром эмоций;
11. Расширить знание учащихся о себе, своих способностях.
12. Направить процесс самосознания и саморазвития.
13. Научить контролировать собственные эмоции.
14. Организовать рефлексивную деятельность ребенка.

10. Ознакомить с практическими приемами и методами своего совершенствования.
11. Пополнение арсенала лексических единиц, связанных со сферой чувств подростков.
12. Развитие навыков отражения и узнавания внешних эмоциональных проявлений.
13. Снижение эмоциональной нестабильности.

3. Содержание коррекционно-развивающего курса

Календарно-тематическое планирование 5-6 классы

№ п\п	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	Введение в мир психологии. Зачем человеку нужна психология.	1
2	Образ «Я» или Я - концепция	1
3	Я и окружающие	1
4	Я – личность	1
5	Я - индивидуальность	1
6	Что такое дружба?	1
7	Как найти дорогу добра, счастья и справедливости.	1
8	Доброе слово людям необходимо.	1
9-10	Оценивание себя или самооценка	2
11	Сходство и различие наших «Я»	1
12	«Как я воспринимаю окружающий мир»	1
13-14	Я- это мои цели	2
15-16	Внимание	2
17-18	Воображение и творческие способности	2
19-22	Эмоции и чувства	4
23-24	Настроение	2
25-26	Темперамент	2
27-28	Общение. Разнообразные средства общения	2

29-31	Конфликт. Технологии преодоления конфликтных ситуаций.	3
32-33	Я в мире профессий	2
34	Итоговый урок	1

Календарно-тематическое планирование 7-8 классы

№п./п.	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	Что значит – «я подросток».	1
2	Как узнать эмоцию?	1
3	Я – наблюдатель.	1
4	Мои эмоции.	1
5	Эмоциональный словарь.	1
6	Чувства «полезные» и «вредные».	1
7	Сказка «Страна Чувств».	1
8	Нужно ли управлять своими эмоциями?	1
9	Что такое «запретные чувства»?	1
10	Какие чувства мы скрываем?	1
11	Маска.	1
12	Я в «бумажном зеркале».	1
13	Бумажное отражение.	1
14	Что такое страх?	1
15	Страхи и страшилки.	1
16	Страшная-страшная сказка	1
17	Побеждаем все тревоги.	1
18	А что они обо мне подумают	1
19	Страх оценки.	1
20	Злость и агрессия	1
21	Как справиться со злостью?	1

22	Лист гнева	1
23	Обида	1
24	Как простить обиду	1
25	Ах, в чем я виноват	1
26	Что такое эмпатия?	1
27	Зачем мне нужна эмпатия?	1
28	Развиваем эмпатию.	1
29	Еще раз про эмпатию.	1
30	Эмпатия в действии.	1
31	Способы выражения чувств.	1
32	Тренировка «Я – высказываний».	1
33	Комплименты.	1
34	Подведение итогов.	1
ИТОГО		34

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№п./п.	Наименование разделов, тем	Количество часов
	Профилактика аддиктивного поведения.	6
1.	1. Вред химической зависимости на организм человека. Курение.	1
2.	2. Алкоголь.	1
3.	3. Наркомания.	1
4.	4. Наркотические смеси, леденцы.	1
5.	5. Игровая или компьютерная зависимость.	
6.	6. Нарушение пищевого поведения. (Голодание, отказ от пищи, переедание)	
	Профориентация. Профессиограммы.	7
7.	1. Классификация профессий.	1

8.	2. Возможные затруднения при выборе профессии	1
9.	3. Строительные профессии. Каменщик. Плотник. Столяр.	1
10.	4. Пекарь. Повар. Помощник повара.	1
11.	5. Упаковщик. Фасовщик. Таксист. Профессии механического труда.	1
12.	6. Фермер. Овощевод. Пчеловод. Профессии сельскохозяйственные.	1
13.	7. Творческие профессии. Фотограф. Художник.	1
	Проектирование профессионального жизненного пути.	5
14-15	1- 2. Профессиональное самоопределение.	2
16-17	3 - 4. Профорientационные игры.	2
18	5. Презентация выбранной профессии, плюсы и минусы.	1
	Деловое общение	6
19.	1. Деловая беседа.	1
20.	2. Психологические особенности публичного выступления.	1
21.	3. Экзамен, психологические аспекты.	1
22.	4. Приемы самонастройки и аутотренинга.	1
23.	5. Социально-психологические особенности взаимоотношений людей в группе.	1
24.	6. Развитие навыков уверенного отказа. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.	1
	Психология семейных отношений	10
25.	1. История моего имени.	
26.	2. Социальное становление личности. Физиологические и психологические изменения в период взросления.	
27.	3. Искусство общения с родственниками.	
28.	4. Конфликты в семье и их последствия.	
29.	5. Эмоциональный мир семьи.	
30.	6. Дружба между девушкой и юношей.	

31.	7. Ответственность и объективность. Особенности заключения брака.	
32.	8. Молодая семья. Рождение ребенка в семье. Уход за ребенком.	
33.	9. Развод в семье. Как и почему это происходит. Как пережить расставание.	
34.	10. Подведение итогов. Проект Я - успешный человек.	