

Приложение № 41
к основной общеобразовательной
программе – образовательной
программе основного общего
образования МБОУ СОШ №13

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
(направление социальное
для 5 – 8 классов)**

1. Пояснительная записка

Рабочая программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий с психологом «Тропинка к своему Я» разработана для обучающихся, получающих основное общее образование в общеобразовательных классах для детей с задержкой психического развития, в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Программа направлена на обеспечение коррекции недостатков в психическом развитии детей с задержкой психического развития и оказание помощи детям этой категории в освоении основной образовательной программы основного общего образования. Программа обеспечивает реализацию комплексного индивидуально ориентированного психолого-медико-педагогического сопровождения детей с особыми образовательными потребностями с учетом особенностей психофизического развития (в соответствии с рекомендациями ТО ПМПК).

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.

Программа учитывает индивидуальные особенности развития обучающихся 5-8 классов для детей с задержкой психического развития.

Существенными особенностями детей с ЗПР являются неравномерность, мозаичность проявлений недостаточности развития. Для них характерны замедленная скорость приема и переработки сенсорной информации, недостаточная сформированность умственных операций и действий, низкая познавательная активность и слабость познавательных интересов, ограниченность, отрывочность знаний и представлений об окружающем. Дети отстают в речевом развитии (недостатки произношения, аграмматизм, ограниченность словаря).

Недостатки в развитии эмоционально-волевой сферы проявляются в эмоциональной неустойчивости и возбудимости, несформированности произвольной регуляции поведения, слабости учебной мотивации и преобладании игровой. Характерны недостатки моторики, в особенности мелкой, затруднения в координации движений, проявления гиперактивности.

Дети испытывают трудности во взаимодействии с окружающим миром, приводящие к обеднению социального опыта, искажению способов общения с другими людьми. Все это усложняет социализацию, а, следовательно, и социальную адаптацию детей: замедляются процессы усвоения и воспроизводства социального опыта,

установления межличностных отношений, благодаря которым человек учится жить совместно с другими.

Для них характерна неадекватная самооценка, переоценка или недооценка собственных возможностей, способностей, достижений. Это связано с замедленным формированием основных структурных компонентов личности – самосознания, эмоционально-волевой сферы, мотивации, уровня притязаний; ограничением контактов с людьми; реакцией личности на психотравмирующую ситуацию, обусловленную постепенным осознанием своей несостоятельности.

Дети с нарушениями интеллекта испытывают большие трудности при необходимости устанавливать и сохранять в памяти опосредствованные связи, при осуществлении ассоциативного припоминания. Соотношение объемов непосредственного и опосредствованного запоминания у них весьма изменчиво. В младших классах они не умеют пользоваться приемами осмысленного запоминания, и логически связанный материал сохраняется у них в памяти хуже, чем отдельные слова или числа. В старших классах они могут овладеть некоторыми приемами опосредствованного запоминания. На произвольной регуляции психических функций сказывается и недостаточное участие речи.

У детей с ЗПР отмечается зависимость восприятия от уровня внимания: снижение внимания замедляет скорость восприятия. Внимание младших школьников с задержкой психического развития характеризуется повышенной отвлекаемостью, недостаточной концентрированностью на объекте, недостаточной сформированностью произвольного внимания.

Имеет место быть преобладание более простых мыслительных операций, снижение уровня логичности и отвлеченности мышления, трудности перехода к понятийным формам мышления. Неумение ориентироваться в задании, анализировать его, обдумывать и планировать предстоящую деятельность становится причиной многочисленных ошибок.

Учебная деятельность детей с ЗПР отличается ослабленностью регуляции деятельности во всех звеньях процесса учения:

- отсутствием достаточно стойкого интереса к предложенному заданию;
- необдуманностью, импульсивностью и слабой ориентировкой в заданиях, приводящими к многочисленным ошибочным действиям;
- недостаточной целенаправленностью деятельности;
- малой активностью, безынициативностью, отсутствием стремления улучшить свои результаты, осмыслить работу в целом, понять причины ошибок.

Для детей с ЗПР характерны черты психического и психофизического инфантилизма, который проявляется в слабой способности ребенка подчинять свое поведение требованиям ситуации; неумении сдерживать свои желания и эмоции; детской непосредственности; преобладании игровых интересов в школьном возрасте; в беспечности; повышенном фоне настроения; недоразвитии чувства долга; неспособности к волевому напряжению и преодолению трудностей; в повышенной подражаемости и внушаемости; в дефиците познавательной активности при обучении; в отсутствии школьных интересов, несформированности «роли ученика»; быстрой пресыщаемости в любой деятельности.

2. Общая характеристика курса

Рабочая программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий с психологом «Тропинка к своему Я» в 5 – 8 классах 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»» (авт. О.В. Хухлаева);
- особенностей психологического развития обучающихся с задержкой психического развития.

Программа является логическим продолжением Программы индивидуальных и групповых коррекционных занятий с психологом «Тропинка к своему Я» во 2 - 4 классах.

Цель программы: создание условий для успешной социально-психологической адаптации обучающихся и их всестороннего личностного развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Задачи:

- мотивирование подростков к самопознанию и познанию других людей;
- формирование интереса к внутреннему миру другого человека;
- обучение дифференциации эмоциональных состояний, пониманию чувств другого человека;
- формирование адекватной установки в отношении школьных трудностей (установки преодоления);
- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений с окружающими;
- повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- коррекция нежелательных черт характера подростков и поведения.

Содержанием программы стало:

- коррекция и развитие коммуникативных навыков;
- формирование умений самоконтроля в поведенческой и эмоциональной сфере;
- развитие рефлексии, умения осознавать свои психические процессы, ход своей деятельности, анализировать затруднения, ошибки;
- развитие познавательных процессов.

Существенным отличием занятий по данной рабочей программе от традиционных предметных уроков является перенесение акцента с результативной стороны учения на его процессуальную сторону.

1 учебный час предполагает работу с 2 микрогруппами по 1-4 человек в каждой. Продолжительность занятия для микрогруппы – 20 минут. С целью повышения эффективности данной программы используемые игры, упражнения рекомендуются обучающимся для организации собственной деятельности в перерывах между уроками и во внеурочное время.

3. Место курса в плане внеурочной деятельности

Согласно плану внеурочной деятельности МБОУ СОШ №13 программа реализуется в режиме 1 учебного часа в неделю.

Программа рассчитана на 4 учебных года (136 учебных часов):

- 1 год: 34 учебных часа (1 час в неделю).
- 2 год: 34 учебных часа (1 час в неделю).
- 3 год: 34 учебных часа (1 час в неделю).
- 4 год: 34 учебных часа (1 час в неделю).

1 учебный час предполагает работу с 2 микрогруппами по 1-4 человек в каждой. Продолжительность занятия для микрогруппы – 20 минут.

4. Ценностные ориентиры содержания курса

Содержание программы направлено на воспитание компетентных и успешных граждан России:

- активно и заинтересованно познающих мир, осознающих ценность труда, науки и творчества;
- умеющих учиться, осознающих важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способных применять полученные знания на практике;
- уважающих других людей, умеющих вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- ориентирующихся в мире профессий, понимающих значение профессиональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы.

5. Личностные метапредметные результаты освоения курса

Программа обеспечивает достижение обучающимися определенных личностных и метапредметных результатов.

Личностные результаты	1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде. 2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира. 3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания. 5. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества. 6. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам. 7. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности. 8. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни. 9. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.
Метапредметные результаты	1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. 2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в

	том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. 3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. 4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. 5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. 6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы. 7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. 8. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. 9. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности. 10. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами.
--	---

6. Содержание учебного предмета

Основные разделы программы:

№ п/п	Раздел	Содержание	Количество часов			
			5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
1	Развитие познавательных способностей.	1. Развитие внимания (переключение, распределение, произвольность, устойчивость). 2. Развитие памяти. 3. Развитие вербального, логического мышления (анализ, синтез, абстрагирование, установление	34	-	-	-

		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 чувств и личностных качеств. 2. Рефлексия собственных достижений. 3. Рефлексия обратной связи от окружающих. 5. Рефлексия в режиме развивающей психодиагностики.	14	7	9	4
3	Знакомство с миром эмоций.	1. Развитие умения дифференцировать чувства, различать собственные эмоциональные состояния и эмоции другого человека. 2. Создание условий для осознания подростками амбивалентности эмоций, "нормализации" переживания социально-неодобряемых эмоций. 3. Создание условий для осознания необходимости управления собственными эмоциями, обучение методам и приемам снятия эмоционального напряжения, безопасной разрядки страхов (тревоги), агрессии, негативных эмоций, связанных с обидой, переживанием чувства вины и стыда.	7	21	-	-
4.	Знакомство с внутренним миром.	1. Изучение собственных достоинств и недостатков. 2. Создание условий для самопринятия подростков через осознание развивающих возможностей недостатков, формирование мотивации на работу с ними. 3. Обращение подростков к собственной ценностно-смысловой сфере, формирование представления	-	-	19	-

		о ценностях окружающих для развития навыков децентрации в общении. 4. Исследование особенностей организации своего времени. 5. Обращение подростков к собственным перспективным планам, в том числе и профессиональным. 6. Создание условий для осознания собственных стереотипов «идеальной внешности», обучение приемам разрядки негативных чувств, связанных с переживанием недостатков своей внешности. 7. Создание условий для разрядки стремления к необдуманному риску и формирования представлений об осознанном риске. 8. Формирование представлений об уверенном, неуверенном и самоуверенном поведении, 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	13	6	6	30

		человеку, доверительного отношения к окружающим. 4. Формирование представления о механизме безопасного выражения чувств и конструктивного выражения претензий через «Я-высказывания». 5. Создание условий для осознания позитивного опыта семейного взаимодействия, для поиска причин трудностей в отношении с родными. 6. Формирование представлений о дружбе и ее психологических составляющих. 7. Формирование представлений о коммуникативных барьерах, обучение приемам общения с окружающими при наличии коммуникативных барьеров. 8. Формирование представлений о конфликте, обучение приемам бесконфликтного взаимодействия со сверстниками, тренинг поведения в конфликтных ситуациях.				
--	--	---	--	--	--	--

7. Тематическое планирование

7.1 Тематическое планирование индивидуальных и групповых коррекционных занятий в 5 классе

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Развитие внимания (переключение). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
2	Развитие мышления (анализ через синтез). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
3	Развитие пространственных представлений. Рефлексия чувств.	1
4	Развитие мышления (гибкость). Рефлексия чувств.	1
5	Развитие внутреннего плана действий. Рефлексия собственных личностных качеств.	1
6	Развитие мышления (абстрагирование). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
7	Развитие пространственных представлений. Рефлексия собственных личностных качеств.	1

8	Развитие мышления (установление закономерностей). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
9	Развитие внимания (в условиях коллективной деятельности). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
10	Развитие вербального мышления. Развитие умения дифференцировать чувства.	1
11	Развитие мышления (установление сходства, противоположности, различия). Рефлексия собственных чувств.	1
12	Развитие вербального мышления (выделение существенных признаков). Развитие умения различать эмоциональные состояния.	1
13	Развитие внимания (устойчивость). Развитие умения различать виды вербальных реакций.	1
14	Развитие мышления (установление закономерностей). Развитие умения различать виды поведения.	1
15	Развитие пространственных представлений. Развитие умения различать виды поведения.	1
16	Развитие вербального мышления (преобразование предложений без изменения смысла). Развитие умения различать виды поведения.	1
17	Развитие внимания (устойчивость в условиях коллективной деятельности). Развитие умения различать разные формы поведения.	1
18	Развитие логического мышления (сравнение понятий). Развитие умения различать разные формы поведения.	1
19	Развитие внутреннего плана действий. Развитие эмоциональной сферы.	1
20	Развитие логического мышления (установление отношений между понятиями). Развитие умения различать виды поведения.	1
21	Тренировка внимания (устойчивость). Развитие умения различать виды поведения.	1
22	Развитие логического мышления (деление понятий). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
23	Развитие логического мышления (деление понятий). Развитие умения различать разные формы поведения.	1
24	Развитие логических форм вербального мышления (определение видов суждений). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
25	Развитие логических форм вербального мышления (определение видов суждений). Развитие перцептивно-эмоциональной сферы.	1
26	Развитие мышления (гибкость и анализ через синтез). Развитие перцептивно-эмоциональной сферы.	1
27	Развитие пространственных представлений. Развитие перцептивно-эмоциональной сферы.	1
28	Развитие логических форм вербального мышления. Развитие перцептивно-эмоциональной сферы.	1
29	Тренировка внимания (распределение). Тренинг поведения в конфликтных ситуациях.	1
30	Развитие мышления (установление закономерностей). Тренинг поведения в конфликтных ситуациях.	1
31	Развитие пространственных представлений. Тренинг поведения в конфликтных ситуациях.	1
32	Развитие мышления (гибкость). Рефлексия собственных личностных качеств.	1
33	Развитие мышления (установление закономерностей). Рефлексия	1

	собственных личностных качеств.	
34	Развитие логических форм вербального мышления. Рефлексия собственных личностных качеств.	1

7.2 Тематическое планирование индивидуальных и групповых коррекционных занятий в 6 классе

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Создание условий для осознания подростками происходящих с ними психологических изменений.	1
2	Формирование у подростков навыка распознавания эмоций другого человека.	1
3	Создание условий для анализа подростками мимических признаков эмоций как средства их распознавания.	1
4	Создание условий для обращения подростков к телесному опыту переживания эмоций.	1
5	Создание условий для обращения участников к особенностям собственного эмоционального мира.	1
6	Создание условий для осознания подростками амбивалентности эмоций.	1
7	Создание условий для "нормализации" переживания социально-неодобряемых эмоций.	1
8	Создание условий для осознания необходимости управления собственными эмоциями как свободного выбора.	1
9	Снятие запрета на выражение отдельных эмоций в игровой форме	1
10	Создание условий для рефлексии скрываемых чувств и последующего их выражения с помощью вербальных и невербальных средств.	1
11	Создание условий для приобретения подростками опыта проявления стереотипно скрываемого чувства в игровой форме.	1
12	Создание условий для самоанализа своей эмоционально-личностной сферы в режиме развивающей психодиагностики (1 этап).	1
13	Создание условий для самоанализа своей эмоционально-личностной сферы в режиме развивающей психодиагностики (2 этап).	1
14	Обобщение опыта и знаний подростков об эмоциональных проявлениях в общении.	1
15	Обучение методам и приемам разрядки страхов (тревоги) (1 форма).	1
16	Обучение методам и приемам разрядки страхов (тревоги) (2 форма).	1
17	Обучение методам и приемам разрядки страхов (тревоги) (3 форма).	1
18	Создание условий для обращения подростков к собственному страху оценки и самооценочным страхам.	1
19	Обучение методам и приемам разрядки негативных эмоций, связанных с самооценочными страхами.	1
20	Создание условий для обращения подростков к собственному опыту агрессии.	1
21	Обучение методам и приемам безопасной разрядки агрессии (1 форма).	1
22	Обучение методам и приемам безопасной разрядки агрессии (2 форма).	1
23	Создание условий для осознания психологической природы обиды.	1

24	Обучение методам и приемам разрядки негативных эмоций, связанных с обидой.	1
25	Создание условий для понимания психологического содержания чувств вины и стыда, их разрядки.	1
26	Создание условий для исследования уровня своей эмпатии в режиме развивающей психодиагностики (1 этап).	1
27	Создание условий для исследования уровня своей эмпатии в режиме развивающей психодиагностики (2 этап).	1
28	Создание условий для развития эмпатии подростков.	1
29	Создание условий для развития эмпатии подростков в игровых моделях межличностного взаимодействия (1 форма).	1
30	Создание условий для развития эмпатии подростков в игровых моделях межличностного взаимодействия (2 форма).	1
31	Формирование представления о механизме безопасного выражения чувств и конструктивного выражения претензий.	1
32	Создание условий для закрепления навыков формулирования "Я-высказываний".	1
33	Создание условий для развития у подростков навыков выражать и принимать комплименты.	1
34	Создание условий для рефлексии подростками собственных достижений.	1

7.3 Тематическое планирование индивидуальных и групповых коррекционных занятий в 7 классе

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Формирование позитивной мотивации к занятиям путем обращения к жизненному опыту учащихся.	1
2	Создание условий для развития рефлексии подростков.	1
3	Создание условий для осознания подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм.	1
4	Создание условий для самоанализа подростками отношения к имени как проекции самоотношения.	1
5	Развитие рефлексии путем обращения к проективным формам и обратной связи от окружающих.	1
6	Создание условий для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи.	1
7	Развитие социального интеллекта подростков и навыков внимательного отношения к другому человеку.	1
8	Создание условий для самоанализа подростками собственных достоинств и недостатков.	1
9	Создание условий для повышения уровня самопринятия подростков.	1
10	Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как на способ саморазвития личности.	1
11	Создание условий для осознания подростками развивающих возможностей собственных недостатков.	1
12	Создание условий для обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере.	1
13	Формирование представления о ценностях окружающих для развития навыков децентрации в общении.	1

14	Создание условий для рефлексии в режиме развивающей психодиагностики (1 этап).	1
15	Создание условий для рефлексии в режиме развивающей психодиагностики (2 этап).	1
16	Создание условий для исследования подростками особенностей организации своего времени.	1
17	Создание условий для обращения подростков к собственным перспективным планам.	1
18	Создание условий для осознания подростками сформированности собственных профессиональных планов.	1
19	Создание условий для осознания подростками собственных стереотипов "идеальной внешности".	1
20	Обучения приемам разрядки негативных чувств, связанных с переживанием недостатков своей внешности.	1
21	Создание условий для осознания подростками позитивного опыта семейного взаимодействия.	1
22	Создание условий для поиска подростками причин трудностей в отношениях с родными.	1
23	Формирование представлений о партнерстве в отношениях родителей и детей.	1
24	Формирование представлений о дружбе и ее психологических составляющих.	1
25	Создание условий для осознания подростками своего отношения к риску и состоянию азарта.	1
26	Создание условий для разрядки стремления к необдуманному риску и формирования представлений об осознанном риске.	1
27	Формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением.	1
28	Создание условий для оценки подростками своего уровня уверенности в себе.	1
29	Создание условий для тренировки уверенного поведения на модели игровой деятельности.	1
30	Обучения правилам уверенного поведения и тренировка навыка их соблюдения.	1
31	Развитие навыков бесконфликтного взаимодействия со сверстниками.	1
32	Формирование навыка противостояния групповому давлению.	1
33	Формирование представлений об оптимальном самоутверждении.	1
34	Создание условий для рефлексии подростками своих достижений.	1

7.4 Тематическое планирование индивидуальных и групповых коррекционных занятий в 8 классе

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Создание условий для обращения подростков к своему опыту общения на модели игровой ситуации.	1
2	Формирование представления о вербальной и невербальной информации в общении.	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 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 ("Эгоцентризм").	1
32	Обучение приемам общения с окружающими при наличии коммуникативных барьеров ("Агрессор").	1

33	Обобщение опыта общения с людьми с коммуникативными барьерами.	1
34	Создание условий для оценки подростками своих достижений в овладении навыками общения на модели игровой ситуации.	1

8. Система оценки достижения планируемых результатов

Для оценки эффективности программы используются следующие показатели:

- положительная динамика в развитии мотивационной, коммуникативной, эмоционально-личностной сферы подростка;
- формирование адекватной самооценки у подростка;
- снижение уровня тревожности подростков в процессе взаимодействия с окружающими.

Косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности в процессе учебной деятельности.

Методы оценивания уровня развития по критериям:

- Опросник «Учебная мотивация».
- Многомерная оценка детской тревожности по Романицыной.
- Наблюдения за подростком в процессе урочной и внеурочной деятельности.

9. Информационно-методическое и ресурсное обеспечение

Для создания предметной среды психологического развития в кабинете используются:

1. Набор дидактических игр: «Конструктор», «Строитель», «Геометрическая мозаика», «Кубики Никитина», «Золотое сечение».
2. Набор настольных игр.
3. Набор игрушек.
4. Набор предметов для изобразительной деятельности (бумага для рисования и творчества, цветные карандаши и фломастеры, краски, ножницы, клей).

Методическая литература:

1. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития в средней школе (V - VI классы). – М.: «Ось-89», 2001.
2. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6). – М.: «Генезис», 2005.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (7-8 классы). – М.: «Генезис», 2007.
4. Микляева А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии. – СПб.: «Речь», 2006.

Материально-технические средства:

1. Магнитная доска.
2. Компьютер.
3. МФУ.