

муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 1 имени адмирала Алексея Михайловича Калинина»

Рассмотрена на заседании МС  
(протокол от 25.08.2023 № 1)

Принята решением педагогического  
совета (протокол от 28.08.2023 № 1)

УТВЕРЖДАЮ  
(приказ от 28.08.2023 № 114)



И.И. Белова

**Рабочая программа  
коррекционно-развивающих занятий  
«Познай себя»  
для обучающихся с ЗПР 5- 9 классов**

Разработчик: О.Г.Буслаева,  
педагог - психолог

Шексна

## **Введение.**

Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий «Познай себя!» для обучающихся с ЗПР 5- 9 классов разработана в соответствии с нормативно – правовой базой

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённым приказом Министерством просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287 (далее ФГО С ОО) (с последующими изменениями)
2. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ МОУ «Школа № 1 им. адмирала А.М.Калинина».
3. Положения о внеурочной деятельности МОУ «Школа № 1 им. адмирала А.М. Калинина».

Программа предназначена для обучающихся с ЗПР 5-9 классов и составлена в соответствии с их возрастными особенностями. Программа реализуется во внеурочное время на занятиях по психологии для учащихся 5-9 классов. Реализация программы рассчитана на 340 часов (с 5 по 9 класс), 68 часов в каждом классе ,по 2 часа в неделю, время занятия составляет 30-40 минут.

Предлагаемый курс психологических занятий направлен на коррекцию и развитие когнитивной и эмоционально-волевой сферы обучающихся с ЗПР. На усвоение ими учебного материала, формирование психологического базиса для полноценного развития личности ребенка, создание зоны ближайшего развития для преодоления недостатков интеллектуальной деятельности, повышение уровня общего развития учащихся, восполнение пробелов предшествующего развития и обучения, а так же оказание помощи детям на основе создания оптимальных возможностей и условий проявления личностного потенциала ребенка.

### **1. Содержание курса внеурочной деятельности.**

#### **5 класс**

#### **Раздел "Введение"**

Обсуждаемые	проблемы:
- Как появился человек на земле.	
- Какие животные похожи на человека, где они обитают.	
- Думают ли животные.	
- Чем отличается человек от животного.	
- Как и почему человек видит, слышит, чувствует, думает, говорит, действует.	
- Как мы распознаём горе и радость.	
- Почему люди бывают плохие и хорошие, как мы об этом судим?	
- Кого мы называем другом, товарищем, знакомым.	
- Хорошо ли мы знаем себя и своих друзей.	
- Что нам снится, откуда приходят сны.	
- Откуда и как возникает хорошее и плохое настроение.	
- Почему возникает страх.	
- Мозг и его тайны.	

- Психика и мозг человека.
  - Что изучает психология, для чего она нужна человеку.
  - Давайте знакомиться с собой и друг с другом (рассказ о себе или о друге по плану: внешний вид, здоровье, черты характера, мои привычки, что мне интересно, что я не люблю, что мне хочется во взрослой жизни).
- Понятия : археологи, вожак, инстинкт, органы чувств, горе, радость, поступок, мимика, друг, дружба, товарищ, сон, сновидение, настроение, страх, мозг, психика, наука, психология, внутренний мир, внешний вид, черты характера, привычка.

## Раздел "Как мы познаём мир"

Тема: "Ощущение и восприятия"

Психологические игры - тесты на изучение зрительных, слуховых, двигательных, тактильных, болевых и др., ощущений и восприятий. Упражнения на развитие ощущений и восприятий различной модальности.

Выводы:

- С помощью органов чувств человек ощущает и воспринимает окружающий мир
- Физические характеристики среды обитания человека.
- Значение ощущений и восприятия: помогают в обычной и экстремальной ситуации человеку.

Понятия: зрительные, слуховые, двигательные, тактильные, обонятельные, осязательные, вкусовые ощущения, восприятие.

Тема: "Внимание и внимательность" Практические занятия и игры по изучению свойств произвольного и непроизвольного внимания: избирательности, сосредоточенности, устойчивости, распределения, переключения. Примеры проявления этих свойств у "внимательных" и невнимательных" учащихся. Индивидуальные особенности внимания. Упражнения на развитие внимания и анализ ситуаций с проявлением внимательности как свойства личности: "Лабиринт", "Графический диктант", "Корректурная проба", "Что изменилось в рисунках", "Путаница", и т. д.

Обсуждаемые проблемы :

- Что такое внимание.
- Почему человек допускает ошибки.
- Как правильно сохранить внимание на уроке, в процессе труда в школе и дома.
- Режим внимания.
- В каких случаях от человека требуется особое проявление внимания.
- Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, на транспорте и т. д.
- Какие черты характеризуют невоспитанного человека. Как они проявляются.
- Как люди оценивают человека с плохим вниманием (рассеянный, ненадёжный, бесполезный).
- Можно ли дружить с невнимательным человеком.
- Как стать внимательным.

Понятия: внимание, свойства внимания, внимательный и невнимательный человек

Тема: "Запоминай и помни"

Игры - тесты на изучение образной, словесной, логической памяти. Примеры проявления памяти при запоминании, узнавании и воспроизведении различного по содержанию материала. Индивидуальные особенности памяти у учащихся.

Упражнения на развитие запоминания с опорой и без опоры. Обучение конкретным приёмам запоминания и воспроизведения:

- связь запоминаемого с хорошо известным предметом, действием, событием;
- умение находить в предметах сходство и различие; установление смысловых связей и их последовательности;
- понимание того, где и для чего понадобятся те или иные сведения.

Обсуждаемые проблемы:

- Может ли человек обойтись без памяти.
- Что такое хорошая память.
- Как правильно запоминать.
- О пользе забывания.

Понятия : память, кратковременная и долговременная память, запоминание, сохранение, воспроизведение, забывание, смысловая связь, сходство, различие, смысловая связь, последовательность, понимание.

## 6 класс

### Раздел " Введение "

Обсуждаемые проблемы:

- Из чего состоит психологическая жизнь человека.
- Познай себя, и ты познаешь жизнь.

Выводы: психология - это наука, в которой человек изучает себя, чтобы познать мир.

Необходимо учиться всматриваться, вслушиваться, размышлять.

Понятия: психология, внутренний мир, психика.

### Раздел "Как мы познаём мир"

Тема: "Ощущения и восприятия"

Упражнения на развитие ощущений и восприятий различной модальности.

Обсуждаемые проблемы:

- Как ощутить радость жизни?

*Выводы:*

- Ощущения и восприятия можно развивать с помощью специальных упражнений.
- Ощущение и восприятие регулируют поведение человека в различных ситуациях.

Понятия: ощущения, восприятие, сила этих процессов.

Тема: "Внимание и внимательность" Практические занятия и упражнения на развитие внимания и внимательности, анализ ситуаций с проявлением внимательности как личностного качества, примеры проявления таких качеств внимания как объём, избирательность, скорость, переключаемость, концентрация.

*Выводы:*

- Внимание - это порядок мысли (объём внимания).
- Умение видеть нужное среди прочего (избирательность внимания).

- Важно уметь переключать внимание.
- Научись сосредотачиваться, научись и вдумываться.

*Понятия:* внимание, объём внимания, избирательность, концентрация, переключение.

Тема: "Запоминай и помни" Упражнения на развитие памяти. Закрепление и развитие приёмов запоминания и воспроизведения.

Обсуждаемые проблемы:

- Правила хорошего обращения с памятью.
- Виды памяти, особенности памяти учащиеся.

Выводы:

- Чтобы запомнить надолго, необходимо понять, осознать запоминаемое.
- Память сохраняет связи между отдельными фактами и объектами.
- Память собирает информацию от разных органов чувств, связывает её и делает знание о предмете точнее.

*Понятия:* память, слуховая, зрительная, комбинированная, произвольная, произвольная, запоминание, воспроизведение, узнавание.

Тема: Качества ума

Упражнения, игры на развитие мышления.

Обсуждаемые проблемы:

- Красота разума.
- Как решать мыслительные задачи.
- Кто царит в нашей голове.
- Правила развития ума.
- Виды мышления.
- Способы мышления.
- Как умом победить силу.

*Выводы:*

- Узнавать неизвестное можно разными способами.
- Решение задачи - это понимание ее логики.
- Знание закономерностей экономии мысли.
- Знания хорошо закрепляются при самостоятельном применении.

*Понятия:* мышление, ум, разум, логика, анализ, синтез, закономерность, виды мышления: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое.

Тема: "Воображение"

Упражнения на развитие воображения.

Обсуждаемые проблемы:

- Правила развития воображения.

Вывод:

- Воображение помогает лучше узнавать мир, развивать и открывать себя.

*Понятия:* воображение, творчество.

Тема: "Речь и общение"

Упражнения по развитию навыков общения и взаимодействия ("Карлсон сказал", литературный пересказ, «Комплимент», «Путаница»).

Обсуждаемые проблемы:

- Чем отличается слово от воробья.
- Сможет ли Маугли заговорить.
- Язык мой - друг мой.
- Хорошие речи и слушать приятно.
- Как слово наше отзовется.
- Правила общения.

Выводы:

- Общение - сложный процесс установления и развития контактов между людьми.
- Общение необходимо, чтобы устанавливать и поддерживать контакт, отношения, обмениваться информацией, согласовывать деятельность, понимать окружающих.

Понятия : общение, речь, мимика, жесты, звуки, слова, предложения, красноречие, контакт, обмен информацией, добрые слова, вежливость.

## Раздел "Познай себя "

Тема: "Как и что мы чувствуем"

Обсуждаемые проблемы:

- Почему в цирке работает клоун.
- Страсти на стадионе.
- Когда нам грустно
- Как возникает страх и трусость.
- Бесстрашный человек - это хорошо или плохо?

Занятия с использованием музыкальных, изобразительных (художественных), литературных материалов для выделения и анализа эмоциональных состояний и переживаний человека. Групповые диспуты (суждения) о правильности выводов. Анализ жизненных наблюдений с примерами ярких эмоциональных проявлений: гнева, страха, агрессии. Сравнение эмоциональных проявлений на примере известных героев из книг, фильмов. Практические приёмы деятельности человека по преодолению страха в экстремальных ситуациях, по умению сдерживать и контролировать свои переживания и эмоции.

Выводы:

- Смех без причины - признак глупости.
- Слезы не всегда беда.
- Приветливость помогает обрести друзей.
- Скучно тому, кто ничего не делает.
- Страх можно преодолеть с близкими и друзьями.

Понятия : эмоции и чувства, радость, улыбка, веселье, гнев, раздражение, печаль, грусть, тоска, злость, агрессия, стыд, страх и трусость, бесстрашие, смелость.

## 7 класс

### Раздел «Введение»

Обсуждаемые проблемы:  
- История психологии.  
- Как работают психологи.  
Понятия: психология, психологи, психотерапевты.

### Раздел "Как мы познаём мир"

Тема: "Психологические процессы"

Упражнения на развитие мышления, памяти, воображения, внимания, ощущений и восприятий. Правила развития основных психологических процессов.

*Выводы:*

- Человек способен развиваться, изменять себя и окружающий мир. Понятия: ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, воображение.

Тема: "Общение"

Обсуждаемые проблемы:

- Действительно ли "злые языки страшнее пистолета".  
- Как понять человека. Всегда ли чужая душа - потёмки?  
- Согласно стада и волк не берет.

Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия: "Литературный пересказ", "Зеркало и обезьяна", "Компот", "Путаница", "Взаимодействие", "Комплимент" и т. д.

*Выводы:*

- Никогда не спеши делать категорические выводы о человеке.  
- Все люди разные, каждый человек уникален и неповторим.  
- Никогда не путай поведение человека и его личность.  
- Нужно принимать любого человека таким, каков он есть.

*Понятия:* общение, виды общения (речевое и неречевое).

### Раздел "Познай себя "

Тема: "Как и что мы чувствуем"

Обсуждаемые проблемы:

- Зачем нужны эмоции.  
- "Да, жалок тот, в ком совесть не чиста".  
- "Всё это было бы смешно, если бы не было так грустно".

Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: ""Пиктограммы", "Лесенка", "Куда уходит злость" и т. д.

*Выводы:*

- Эмоциями можно управлять, регулируя их внешнее проявление.  
- К людям нужно относиться доброжелательно и уважительно.  
- Ни в коем случае не стоит выражать свои эмоции в сквернословии.

Понятия : эмоциональные ситуации, радость, счастье, веселье, грусть, печаль тоска, горе, гнев, страх, совесть, управление эмоциями.

### Тема: "Воля"

Обсуждаемые проблемы:

- История марафонского бега.
- Упрямство и настойчивость.
- Не хочу и надо.

Текстовые задания на выявление устойчивости внимания и волевого усилия с усложняющимся содержанием ("Найди отпечатки", "Мозаика", "Перепутанные линии" и др.)

Обсуждение результатов с самооценкой причин ошибок, повторов, неуспеха. Анализ литературных текстов, событий, раскрывающих волевые действия человека, его дисциплинированность.

Выводы:

- Воля-это стремление к осознанной цели.
- Воля- выбор правильного решения не только для себя.
- Воля-умение преодолеть трудности и остаться человеком.
- Дисциплина тела и духа - качества волевого человека.

Понятия : воля, цель, выбор и решение, упрямство и настойчивость, преодоление, дисциплина, волевой человек.

### Тема: "Характер"

Обсуждаемые проблемы:

- Правда ходит на прямых ногах, кривда -на кривых.
- Шило в мешке не утаишь.
- Что такое совесть.
- Посеешь поступок - пожнёшь привычку, посеешь привычку - пожнёшь характер.
- Всякий человек -кузнец своего счастья.

Задания на самооценку с помощью выбора из списка наиболее часто встречающихся черт характера (не более 10 черт). Рассказы учащихся с объяснением. Анализ причин расхождения в самооценке и в оценке окружающих. Анализ литературных текстов, представляющих разные характеры людей. Как воспитывается характер. *Выводы:*

- Характер - это действие и поступки человека в его повседневной жизни.
- Характер не рождается с человеком, он воспитывается в течение всей жизни.
- Уметь признавать свои ошибки, значит быть честным человеком.
- Скромность украшает каждого.
- Преодолевая свои ошибки, мы воспитываем в себе сильного человека.

Понятия : характер, поступок, поведение, привычка, самооценка, слабый и сильный человек, честность, совесть, воспитание характера.

## 8 класс

### Раздел «Введение»

Обсуждаемые проблемы:  
- Давайте знакомиться с собой и друг с другом.  
Понятия: дружба, друзья, настоящий друг

### Раздел "Как мы познаём мир"

Закрепление правил развития психических процессов. Игры, упражнения, задания на их развитие. Упражнения на развитие коммуникативных навыков.  
Понятия: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, воображение, общение.

### Раздел "Познай себя»

Тема: "Как \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ что \_\_\_\_\_ мы \_\_\_\_\_ чувствуем"

Упражнения, задания на развитие и закрепление навыков управления своими эмоциями и эмоциональными состояниями, в том числе адекватного поведения в стрессовых ситуациях.

Обсуждаемые проблемы:  
- Зачем осознавать и понимать эмоции.  
- Как преодолеть страх, неуверенность, чувство вины.  
- Что такое стресс и как его преодолеть.

Выводы:

- Устойчивость к стрессу можно формировать и развивать.  
- Каждый человек может управлять своими эмоциями и бережно относиться к чувствам и переживаниям других людей.

Понятия : эмоции, положительные и отрицательные эмоции, страх и вина, неуверенность, стресс, горе, несчастье, недомогание.

Тема: "Воля"

Обсуждаемые проблемы:  
- Своя воля страшней неволи.  
- Будь своему слову хозяин.  
- Правила воспитания воли.

Упражнения и задания на развитие воли.

Выводы:

- Воспитание воли - длительный, постепенный процесс.  
- Контролируй своё поведение.  
- Не бросай незавершённое дело.  
- Анализом своих поступков можно обнаружить допущенные ошибки.

Понятия: воля, волевые черты, своеволие, убеждения, идеалы, выдержка, терпение, самообладание.

Тема: "Характер"

Обсуждаемые проблемы:

- Видна птица по полёту.
- Можно ли стать гением.
- Терпение даёт умение.
- Толпа и личность.
- Не место красит человека.
- Как стать личностью.

Задания и упражнения на развитие положительных качеств личности, на выявление, осознание и преодолении отрицательных качеств, на формирование навыков самооценки: "Зеркало", "Что я знаю о себе", "Перевоплощение", "Коршун и бабочка", "Я такой же, как ты" и др.

Выводы:

- Личность должна постоянно развиваться, реализовывать свои возможности в деятельности и общении.
  - Характер включает качества, определяющие отношение человека к другим людям и работе, которую он выполняет.
- Понятия : характер, поступок, привычка, терпение, личность, самооценка, черты характера, уравновешенность, активность, личность, идеал, воспитание характера.

Тема: "Кем быть"

Познавательные беседы с толкованием пословиц и поговорок о труде человека. Анализ характеристик человека трудолюбивого и нерадивого. Рассказы о том, как человек выбирает себе профессию: по интересу, по умению, по знаниям. Работа с анкетами профессиональной направленности, интересов, намерений (адаптированный вариант НИИ). Анализ итогов с обсуждением возможности учащихся работать по избранным ими профессиям, индивидуальные и групповые консультации. Понятия: склонности, интересы, возможности, профессия и специальность, профессиональные предпочтения.

## Раздел " Я среди людей "

Тема: "Как мы видим друг друга"

- Обсуждаемые проблемы:
- Разговор взглядов.
  - Язык жестов и движений.
  - Как понять другого человека.
  - Особенности подросткового возраста.
  - Про мужчин и женщин.
  - "По одежке встречают ..."

Тестовые задания на выявление способности понимать других, найти своё место в обществе, осознание своего "Я".

Выводы:

- Каждый человек индивидуален, познание себя - познание других.
- Если хочешь переделывать людей, начни с себя.
- Люди вовсе не обязаны быть такими, какими мы желаем их представить.
- Разница в поведении девушек и юношей обусловлена особенностями их психологии.
- В каждом возрасте есть свои не только физиологические, но и психические особенности.

Понятия : жесты, мимика, взгляд и поза, подросток, женский и мужской пол, достоинства, недостатки.

Тема: "Межличностные отношения"

Обсуждаемые проблемы:

- "Нет друга, так ищи".
- "Как преодолеть границы".
- "Права человека среди людей.
- "Самое утреннее из чувств".
- «Почему люди спорят и ссорятся».

Игры и упражнения на развитие коммуникативных навыков, навыков самооценки и понимания других : "Психологический портрет", "Я такой же, как ты», «Комплимент", "Если бы я был тобой", "Телепатия" и др.

Выводы:

- Относись к другим людям так, так ты бы хотел, чтобы относились к тебе.
- Без понимания невозможно общение и взаимодействие.
- Необходимо адекватно воспринимать людей.
- Люди ссорятся из - за того, что не понимают мысли и чувства друг друга, или из - за того, что недовольны друг другом.

Понятия: дружба, барьеры общения, права человека, самооценка, спор, ссора.

## 9 класс

### Раздел «Введение»

Обсуждаемые проблемы:

- Что и как изучает психология.
- Зачем изучать психологию.

Понятия: эксперимент, наблюдение, тест, анкетирование, опрос, психология.

### Раздел "Познай себя "

Тема: "Психология личности"

Обсуждаемые проблемы:

- Человек как личность.
- Как мы себя ценим.
- Что такое самооценка.
- Личностью не рождаются, а становятся.
- Личность - это настоящее в человеке?
- Зависит ли характер от темперамента?

Упражнение, тренинги на развитие навыков самооценки, навыков управления поведением, на формирование положительных личностных качеств, на выявление, осознание и преодоление отрицательных.

Выводы:

- Индивидуальность - это личность в её своеобразии.
- Основная потребность человека -стремление к самовыражению.
- Личность обладает внутренним контролем.

- Темперамент влияет на формирование характера и поведение человека. Понятия: личность, индивидуальность, самооценка и индивидуальность, характер и темперамент, положительные и отрицательные качества характера, управление поведением.

## Раздел "Как мы познаём мир"

### Тема: "Психологические процессы и информация"

Обсуждаемые проблемы:

- Почему взрослые советуют или приказывают: "Думай!".
- Все ли стерпит бумага.
- Прогресс человечества - в чём его плюсы.
- Как понять человека.

Упражнения, задания на развитие навыков работы с информацией: "Верить - не верить", "Пожелание", "Рефлексия", "Кустики идей" и др.

Выводы:

- Человек может научиться воспринимать и анализировать ситуацию.
- Мысли следует выражать ясно и конкретно.
- Можно научиться вырабатывать своё мнение и обосновывать его.

Понятия: жизненная ситуация, мысли и чувства, информация, виды информации, собственное мнение.

### Тема: "Творчество"

Обсуждаемые проблемы:

- Что такое творчество.
- Любое дело - творчески.
- Когда интересно жить.
- Что мне нравится в себе.

Упражнения на развитие навыков творчества: "Что мне нравится в себе", "Пленники", «Приветствие», «Скульптор», «Комплимент», "Литературный пересказ", «Акробат».

Выводы:

- Творчество - процесс, присущий деятельности человека.
- Процесс творчества связан с особой мыслительной деятельностью.
- Творчество можно развивать.
- Творчество - качество, необходимое современному человеку.

Понятия: творчество, мыслить творчески, творчество и воображение.

### Тема: "Проблемы и как их решать"

Обсуждаемые проблемы:

- Что я хочу.
- Что я могу сделать для осуществления желаемого.
- Что не могу я, но могут другие.

Упражнения, задания на развитие навыков принятия и исполнения решений: "Литературный пересказ", "Сорви шапку", "Рука в руке", "Ищем секрет", «Подарок другу», " и т. п.

Выводы:

- Прежде чем решить проблему, её нужно увидеть.
  - Любую проблему следует решать осознанно, целенаправленно.
  - Чтобы решить проблему нужно совершить путь от "хочу" к "смогу".
- Понятия: желания и возможности, преграды в исполнении желаний, проблемы и их решения.

Тема: "Личность и её социальные роли"

Обсуждаемые проблемы:

- Что такое социальная роль.
- Социальные роли ребёнка, подростка, взрослого, мужчины, женщины.
- Перевоплощение личности.

Упражнение, тренинги на социализацию личности, развитие уверенности: «Я и ты», «Один дома», «Правильная забота» и др.

Выводы.

- Человек вынужден в процессе жизни выполнять (играть) различные социальные роли.
- Выбор социальных ролей и их успешность зависит от личностных качеств человека.
- Любую социальную роль нужно выполнять добросовестно, ответственно, уверенно.

Понятия: личность, социальная роль и ее виды, уверенность, положительные и отрицательные роли

Тема: "Кем быть"

Обсуждаемые проблемы:

- Человек и профессия.
- Терпение и труд всё перетрут.
- Где родился, там и пригодился.

Упражнения, задания, тренинги на выявление профессионального самоопределения, развитие потребности в профессиональной деятельности.

Выводы:

- К человеку каждой профессии предъявляются определённые требования.
- В любой профессии значительную роль играют личностные качества человека.
- Человек должен трудиться, приносить пользу обществу.
- При выборе профессии следует учитывать особенности своей психологической деятельности, склонности, способности.

Понятия: склонности, интересы, возможности, профессия и специальность, профессиональные предпочтения.

## Раздел "Я среди людей "

Тема: "Психология межличностных отношений"

Обсуждаемые проблемы:

- Межличностные отношения - основа жизнедеятельности человека.
- Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты.
- Безразличие, отчуждение, вражда, ненависть.
- Личные взаимоотношения людей.
- Чего никогда нельзя делать в любви.
- Сигналы отношений.

- Причины одиночества.  
Тренинги, упражнения на выявление межличностных отношений, их психологии, проблем и достоинств, на развитие навыков позитивных межличностных отношений.

Выводы:

- В дружбе, в любви и просто в отношениях с людьми нужно следовать правилу : "Поступай по отношению к другому так, как ты хотел бы, чтобы он поступал по отношению к тебе".
  - Позитивность межличностных отношений зависит от личностных качеств человека.
  - Существуют различия в психологии мужчин и женщин. Их необходимо учитывать, строя взаимоотношения.
  - Человек может научиться строить позитивные межличностные отношения и преодолевать негативные.
- Понятия : взгляд и поза, мужчина, женщина, друг и товарищ, достоинства, недостатки, одиночество, безразличие, отчуждение, вражда, ненависть, любовь и симпатия, влюбленность.

Тема: "Психология конфликта"

Обсуждаемые проблемы:

- Причины ссор и конфликтов.
- Маленькие хитрости в решении ссор.
- Что нужно, чтобы решить конфликт.
- Повиновение или решение.
- Что значит принять решение.
- Как согласовать мнения.
- "Правильная" забота.

Упражнения, тренинги на развитие навыков понимания других, навыков решения конфликтов.

Выводы:

- Конфликты возникают из-за разногласия вкусов, взглядов, убеждений, непонимания мыслей.
  - Ни один не может выйти победителем в конфликте без того, чтобы его противник не оказался побеждённым.
  - Существуют правила разрешения конфликтов, их нужно знать и выполнять.
  - Конфликты могут возникать как между малознакомыми, так и между близкими людьми.
- Понятия : конфликт, конфликтная ситуация, конфликтный человек, решение конфликта, свое мнение, подчинение и власть, барьеры общения, спор, ссора.

### Раздел "Обобщение"

Повторение изученных разделов.  
Тренинги, упражнения на закрепление, навыков конструктивного общения, саморегулирования, самопознания, самоопределения.

## 2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

## **Личностные результаты**

- Коррекция и развитие высших психических функций и познавательной деятельности ребенка с интеллектуальной недостаточностью;
- коррекция и развитие эмоционально – волевой сферы: овладение регулятивным поведением, развитие внутренней активности;
- развитие учебно-познавательного интереса к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- формирование способности к оценке своей учебной деятельности;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- формирование устойчивой положительной мотивации на учебную деятельность;
- формирование умения адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении, связывая успех с усилиями, трудолюбием, старанием;
- развитие основных мыслительных операций (анализ, сравнение, обобщение синтез, умение выделять существенные признаки и закономерности).

## **Метопредметные результаты**

Регулятивные УУД:

- работать по плану;
- контролировать выполнение заданий;
- выполнять действия и заканчивать его в требуемый временной момент;
- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога.

Познавательные УУД:

- уметь распознавать чувства других людей;
- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- развивать ориентацию в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей.

Коммуникативные УУД:

- уметь обратиться к педагогу при затруднениях в учебном процессе;
- уметь решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели;
- уметь участвовать в диалоге на уроке и в жизненных ситуациях;
- уметь отвечать на вопросы педагога;
- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить;
- слушать и понимать речь других.

### 3. Тематическое планирование

#### 5 Класс

№	Тема	Количество часов
1	<b>Введение</b>	32
2	Ощущение и восприятия	12
3	Внимание и внимательность	12
4	Запоминай и помни	12
	<b>Всего часов</b>	<b>68</b>
<b>6 класс</b>		
1	<b>Введение</b>	4
2	Ощущения и восприятия	4
3	Внимание и внимательность	10
4	Запоминай и помни	8
5	Качества ума	12
6	Воображение	4
7	"Речь и общение	14
8	Познай себя. Как и что мы чувствуем	12
	<b>Всего часов</b>	<b>68</b>
<b>7 класс</b>		
1	<b>Введение</b>	4
2	Психологические процессы	4
3	Общение	20
4	Как и что мы чувствуем	24
5	Воля	8
6	Характер	8
	<b>Всего часов</b>	<b>68</b>
<b>8 класс</b>		
1	Введение	4
2	Как мы познаём мир	4
3	Как и что мы чувствуем	8
4	Воля	6
5	Характер	18

6	Кем быть	4
7	Как мы видим друг друга	12
8	Межличностные отношения	12
	<b>Всего часов:</b>	<b>68</b>
<b>9 класс</b>		
1	Введение	2
2	Психология личности	10
3	Психологические процессы и информация	8
4	Творчество	6
5	Проблемы и как их решать	8
6	Личность и её социальные роли	6
7	Кем быть	6
8	Психология межличностных отношений	8
9	Психология конфликта	10
10	Обобщение	4
	<b>Всего часов:</b>	<b>68</b>