

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 17 ИМЕНИ ГЕНЕРАЛ-ЛЕЙТЕНАНТА В.М. БАДАНОВА  
ГОРОДА ДИМИТРОВГРАДА УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

РАССМОТРЕНО

на заседании

методического совета

\_\_\_\_\_ Е.Ю.Ледяева

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

\_\_\_\_\_ Викторова С.И.

\_\_\_\_\_ 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о.директора МБОУ СШ № 17

\_\_\_\_\_ Бугрова С.А.

Приказ № 294 от 29.08.24г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Наименование курса: Внеурочная деятельность «Психология»

Класс: 8

Уровень общего образования: основное общее образование

Учитель: Новоселова П.Д.

Срок реализации программы: 2024 – 2025 учебный год

Программа рассчитана на 34 часа в год, в неделю 1 часа

Рабочую программу составила: \_\_\_\_\_ Новоселова П.Д.

### **Актуальность программы**

Подростковый возраст – благоприятный период для развития многих сторон личности, например таких, как познавательная активность, любознательность. Подростковый возраст является важным периодом для развития самосознания ребенка, его рефлексии, Я-концепции. Обычно в этом возрасте знакомятся с литературой по самовоспитанию, научно-популярной литературой по психологии. Однако за интересом к проблемам самовоспитания, желанием понять и изменить себя в этом возрасте, как правило, еще не стоят какие-либо конкретные действия или же они выполняются крайне непоследовательно и недолго. Поэтому подростки нуждаются в специальной помощи в организации и осуществлении процесса саморазвития.

Современные исследования отечественных и зарубежных авторов показывают, что у детей с задержкой психического развития (ЗПР) высок риск нарушений поведения, что становится наиболее очевидным в подростковом возрасте и обуславливает необходимость целенаправленной коррекционной работы с детьми данной категории.

Предлагаемая программа занятий предназначена для психокоррекционной работы с учащимися средней школы с ограниченными возможностями здоровья.

**Адресность программы:** учащиеся средней школы с ограниченными возможностями здоровья (8 класс).

### **Психолого-педагогическая характеристика обучающихся**

Задержка психического развития (ЗПР) не является грубым нарушением в развитии ребенка, оно выражается в замедленном темпе созревания различных психических функций. Для психической сферы таких детей наиболее характерным является сочетание дефицитности функций с сохранными. Эта дефицитность высших психических функций может сопровождаться инфантильными чертами личности и поведения детей. В отдельных случаях при этом, у одних детей снижается работоспособность, у других - произвольность в организации деятельности, а у третьих - мотивация к различным видам познавательной деятельности. Часто дети с ЗПР показывают более низкий уровень интеллектуального развития, который не соответствует их возрасту об этом можно судить, наблюдая, как они выражают свои эмоции и взаимодействуют с окружающими. Интересы, потребности, уровень развития познавательных процессов таких детей соответствуют уровню развития детей более младшего возраста.

Дети с ЗПР обладают ограниченным опытом активного и разнообразного контакта с окружающим миром. Складывающаяся у них картина окружающего недостаточно полная и подробная, либо слишком общая и преимущественно вербальная. Представления о мире фрагментарные и стереотипные, ограниченные конкретными, привычными ситуациями, порождающими искажение или однозначность в восприятии и понимании происходящего. Картина мира недостаточно упорядочена во времени и пространстве, что препятствует освоению представлений о закономерном развитии событий, взаимосвязи человека с целым и изменчивым миром.

Еще одной немаловажной особенностью детей с ЗПР является снижение потребности в общении как со сверстниками, так и со взрослыми, что выражается в повышенной тревожности по отношению к людям, от которых они зависят. В случае затруднении в деятельности такой ребенок скорее склонен прекратить работу, чем обратиться к взрослому за помощью. Дети почти не стремятся получить от взрослых оценку своих качеств в развернутой форме, обычно их удовлетворяет оценка в виде недифференцированных определений типа «хороший мальчик», «молодец». Среди личных контактов детей с ЗПР преобладают более простые. Также наблюдается низкая эффективность общения таких детей друг с другом во всех видах деятельности.

При разработке рабочей программы учитывались особенности развития эмоционально-волевой, коммуникативной и поведенческой сфер, а также учитывалась специфика развития психики на данном возрастном этапе.

**Цель:** Развитие самоисследования и самосознания учащихся для предупреждения эмоциональных нарушений на основе внутренних и поведенческих изменений, развитие представлений об окружающей действительности, собственной личности и взаимоотношениях с другими людьми.

**Задачи:**

- Коррекция недостатков осознанной саморегуляции познавательной деятельности, эмоций и поведения, формирование навыков самоконтроля.
- Гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки.
- Развитие личностного и профессионального самоопределения, формирование целостного «образа Я».
- Развитие различных коммуникативных умений, приемов конструктивного общения и навыков сотрудничества.
- Стимулирование интереса к себе и социальному окружению.
- Развитие продуктивных видов взаимоотношений с окружающими сверстниками и взрослыми.
- Научить ребенка контролировать свои негативные эмоциональные проявления, посредством повышения стрессоустойчивости.
- Выявить отношение подростка к собственному здоровью и повысит мотивацию к выбору здорового образа жизни.
- Предупреждение школьной и социальной дезадаптации.

Этапы занятий	Содержание этапа	Цели этапа
1.	Приветствие	Создание положительного эмоционального фона
2.	Разминка	Подготовка к продуктивному взаимодействию
3.	Повторение прошлого занятия	Актуализация полученных знаний и настрой на занятие
4.	Динамическая пауза	Предупреждение и снятие утомление психических процессов, подготовка к основной части занятия
5.	Основное содержание занятия	Формирование представлений об объекте окружающего мира, его свойствах
6.	Подведение итога занятия	Закрепление нового полученного представления
7.	Завершение. Рефлексия.	Окончание занятия, поощрение

Формы и методы работы: основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Технология психологического тренинга как вид образовательной практики, в которой ведущей деятельностью является тренировка, т.е. закрепление определенной реакции, действия, умения посредством повторения упражнений. Основное содержание групповой работы составляют игры, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, продуктивно-творческая деятельность и элементы просветительской деятельности.

#### Структура занятий

При необходимости структура может быть изменена, ее отдельные составляющие могут быть более или менее насыщены и длительны. В соответствии с задачами каждого конкретного занятия используются разнообразные методы и приемы.

### Календарно-тематическое планирование.

№	Тема урока	Количество часов
1	Входная диагностика	1
2	Наедине с собой	1
3	Создание собственного герба	1
4	Что я знаю о себе	1
5	Кто я?	1
6	Мое имя	1
7	Сочиняем сказку	1
8	Мои имена	1
9	Что мне нравится в моем имени	1
10	Мое уникальное Я	1
11	Мои недостатки	1
12	Карикатура самого себя	1
13	Как превратить недостатки в достоинства	1
14	Какие достоинства я хочу развить?	1
15	Развиваем достоинства	1
16	Мои ценности	1
17	Наши ценности	1
18	Я в бумажном зеркале	1
19	Отражение	1
20	Планирование времени	1
21	Мой школьный день	1
22	Время взрослеть	1
23	Перспективы	1
24	Моя будущая профессия	1
25	Профессиональные ассоциации	1
26	Как я выгляжу?	1
27	Мой идеал	1
28	Как я выгляжу со стороны	1
29	Как я выгляжу? (продолжение)	1
30	Недостатки внешности и ее достоинства	1
31	Уверенное выступление	1
32	Умение сказать «нет»	1
33	Подведение итогов	1
34	Итоговая диагностика	1
<b>Итого: 34 часа</b>		