

Выписка из основной образовательной программы
основного общего образования,
утв. приказом №.148/2-ОД от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
«Психологическая коррекция»
5-9 классы

КОРРЕКЦИОННЫЕ КУРСЫ «ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»

Основной целью курса является формирование психосоциальной компетентности у обучающихся.

Задачи:

- Обеспечение обучающегося средствами самопознания;
- Повышение представлений подростка о собственной значимости, ценности;
- Развитие внутренней активности обучающихся;
- Развитие социальных и коммуникативных навыков и эмоций;
- Перенос положительного опыта из группы в реальную жизнь.

Курс психолого-педагогического сопровождения обучающихся с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательной деятельности.

Используемый УМК:

Автор/авторский коллектив	Наименование учебника	Класс	Издательство
Хухлаева О.В.	«Тропинка к своему Я»	5-6 7-8 9	«Просвещение»

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»

В 5-9 КЛАССАХ

Предметные результаты:

- 1) знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- 2) знание правил работы в тренинговой группе;
- 3) знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- 4) умения вести конструктивный диалог;
- 5) умение определять жизненные цели и задачи.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Эмоциональная сфера человека

Почему нам нужно изучать чувства? Слово и чувство. Основные законы психологии эмоций. Эффект обратного действия. Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству. Психогигиена эмоциональной жизни.

Социальное восприятие

Как мы получаем информацию о человеке. Учимся понимать жесты и позы. Мимика. Жесты. Невербальные признаки обмана. Понимание причин поведения людей. Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается первое впечатление о человеке. Способы понимания социальной информации. Влияние эмоций на познание.

Межличностная привлекательность

Привлекательность человека. Взаимность или обоюдная привлекательность.

Дружба. Четыре модели общения. Романтические отношения или влюблённость. Любовь. Половая идентичность и её развитие у подростков. Переживание любви. Что помогает и что мешает любви.

«Обобщение»

Обучение умению владеть собой, что позволяет подростку самому формировать навыки и умения, основываясь на собственном опыте, который нарабатывается на групповых занятиях.

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ урока п/п	Тема	Количество часов
-------------	------	------------------

Тема 1	Вводное занятие.	
1.	Диагностика познавательной сферы	3
Тема 2	Введение в мир психологии	1
2.	Зачем человеку занятия психологией?	1
Тема 3	Я – это Я	5
3.	Кто я, какой я?	1
4.	Я – могу	1
5.	Я мечтаю	1
6.	Я – это мои цели	1
7.	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее	1
Тема 4	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	4
8.	Чувства бывают разные	1
9.	Стыдно ли бояться?	1
10.	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1
11.	Мои чувства	1
	Я и мой внутренний мир	3
12.	Каждый видит мир и чувствует по-своему	1
13.	Любой внутренний мир ценен и уникален	1
14.	Мой внутренний мир	1
Тема 5	Кто в ответе за мой внутренний мир?	3
15.	Трудные ситуации могут научить меня	1
16.	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	1
17.	Личный опыт преодоления трудностей	1
Тема 6	Я и Ты	7
18.	Я и мои друзья	1
19.	У меня есть друг	1
20.	Мои друзья	1
21.	Я и мои «колючки».	1
22.	Что такое одиночество?	1
23.	Я не одинок в этом мире	1
24.	Счастье	1
Тема 7	Мы начинаем меняться	8
25.	Нужно ли человеку меняться?	1
26.	Зачем человеку меняться?	1
27.	Самое важное – захотеть меняться	1
28.	Цель самоизменения	1
29.	Ресурсы самоизменения	1
30.	План самоизменения	1
31.	Изменения в жизни человека	1

32	Заключительное занятие	1
	Всего за 5 класс	34

Календарно-тематическое планирование

6 класс

№ урока п/п	Тема	Количество часов
Тема 1	Агрессия и ее роль в развитии человека	12
1.	Мир чувств	1
	Я повзрослел	2
2.	У меня появилась агрессия	1
3.	Как выглядит агрессивный человек?	1
4.	Как звучит агрессия?	1
5.	Конструктивное реагирование на агрессию	2
6.	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	2
7.	Учимся договариваться	2
8.	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее	
Тема 2	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека	13
9.	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1
10.	Источники уверенности в себе	2
11.	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2
12.	Я становлюсь увереннее	1
13.	Уверенность и самоуважение	2
14.	Уверенность и уважение к другим	2
15.	Уверенность в себе и милосердие	1
16.	Уверенность в себе и непокорность	1
17.	Уверенность в себе. Игры с именем	1
Тема 3	Конфликты и их роль в усилении Я	5
18.	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	1

19.	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта	1
20.	Конструктивное разрешение конфликтов	1
21.	Конфликт как возможность развития	1
22.	Готовность к разрешению конфликта	1
Тема 4	Ценности и их роль в жизни человека	4
23.	Что такое ценности?	1
24.	Ценности и жизненный путь человека	1
25.	Мои ценности.	1
26.	Заключительное занятие	1
	Всего за 6 класс	34

**Календарно-тематическое планирование
7 класс**

№ урока п/п	Тема	Количество часов
Тема 1	Вводное занятие.	
1.	Диагностика познавательной сферы	3
Тема 2	Эмоциональная сфера человека	9
2.	Почему нам нужно изучать чувства	1
3.	Основные законы психологии эмоций	2
4.	Чувства	1
5.	Страх	1
6.	Гнев и агрессия	1
7.	Обида	1
8.	Эффект обратного действия	1
Тема 3	Социальное восприятие: как узнать другого человека	16
10.	Как мы получаем информацию о человеке	1
11.	Учимся понимать жесты и позы	2
12.	Жесты	1
13.	Невербальные признаки обмана	1
14.	Понимание причин поведения людей	2
15.	Впечатление, которое мы производим	2
16.	Из чего складывается впечатление о человеке?	1

17.	Способы понимания социальной информации	2
18.	Влияние эмоций на познание	2
19.	Обобщение темы	1
Тема 4	Межличностные отношения	9
20.	Психологические отношения	1
21.	Нравственные нормы	2
22.	Классификация межличностных отношений	1
23.	Уровни межличностных отношений	1
24.	Межличностные отношения в малой группе	2
26.	Заключительное занятие	1
	Всего за 7 класс	34

**Календарно-тематическое планирование
8 класс**

№ урока п/п	Тема	Количество часов
Тема 1 1.	Вводное занятие. Диагностика познавательной сферы	3
Тема 2 2.	Я-концепция и ее ключевые компоненты	8
3.	Я - концепция	1
4.	Самоуважение	2
5.	Самоконтроль. Сила воли.	2
6.	Самозффективность	1
7.	Реальное, идеальное, социальное – Я	2
Тема 3 8.	Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель	6
9.	Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель	1
10.	Внутренний Ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся	1
11.	Внутренний Родитель может быть разным: заботливым и контролирующим	1
12.	Внутренний Взрослый: истинный и мнимый	1
13.	Мои три эго-состояния (арт-техника).	2
Тема 4 14.	Эмоциональный мир человека	12
15.	Эмоции и чувства	1
16.	Психические состояния и их свойства	2
17.	Напряжение	1
18.	Настроение и активность человека	1

16.	Как управлять своим состоянием	2
17.	Как изменить состояние	1
18.	Возрастной аспект состояний: состояния подростков.	1
19.	Стресс	1
20.	Мои ресурсы	2
Тема 5	Мотивационная сфера личности	5
21.	Мотив и его функции. «Борьба мотивов»	1
22.	Привычки, интересы, мечты	2
23.	Мотивация помощи и альтруистического поведения	1
24.	Заключительное занятие	1
Всего за 8 класс		34

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№ урока п/п	Тема	Количество часов
Тема 1	Вводное занятие.	
1.	Диагностика познавательной сферы	3
Тема 2	Вводно-мотивационная тема	3
1.	Знакомая незнакомка (о науке психологии, о деятельности психолога).	1
2.	Я - автор событий в своей жизни	2
Тема 3	Общение – это...	7
3.	Учимся слушать	1
4.	Техники активного слушания	1
5.	Ораторами не рождаются	1
6.	Язык жестов	2
7.	Детектор лжи	1
8.	Манипуляция	1
Тема 4	Характер	2
9.	Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты	2
Тема 5	Самооценка	2
10.	Самооценка. Роль самооценки в жизни человека	2
Тема 6	Эмоции и чувства	2
11.	Мир эмоций	2
Тема 7	Технология успеха	10
12.	Выявление лидерских качеств	1
13.	Достижение успеха	1

14.	От самоопределения к самореализации	1
15.	Школа самопрезентации	4
16.	Азбука делового человека	1
17.	Редакция примет на работу	1
18.	Принятие решений	1
Тема 8	Мир начинается с тебя	5
	Карта внутренней страны	1
	На острове Радости и Успеха	1
	Сказочными тропами счастья	1
	Заключительное занятие	2
	Всего за 9 класс	34