

Принята

на педагогическом совете
ГКОУ ЛО «Подпорожская
школа-интернат»
Протокол № 1 30.08. 2019г

УТВЕРЖДЕНА

приказом
ГКОУ ЛО «Подпорожская
школа-интернат»
№116 от 02.09. 2019г

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области
«Подпорожская школа – интернат, реализующая адаптированные образовательные
программы»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
«Психологический практикум»
для 8-9 классов
Срок реализации : 2 года

Педагог-психолог:Белошеева С.И.

г.Подпорожье

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Психологический практикум» составлена на основе Адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с БУП-2002 основного общего образования ГКОУ ЛО «Подпорожская школа – интернат, реализующая адаптированные образовательные программы» на 2019-2020 учебный год.

Радикальные изменения, происходящие в последние годы в общей системе школьного образования, их демократичность и гуманистическая направленность в полной мере затрагивает и школу для детей с нарушениями интеллекта.

Одной из задач школы является формирование личности ребенка. Современное общество нуждается в самостоятельной независимой личности, умеющей принимать собственное решение, находить выход из различных ситуаций в постоянно изменяющемся мире, ощущая себя при этом человеком общества.

Становление и развитие личности активно происходит в школьном возрасте. Именно в подростковом, юношеском возрасте ребенок пробует себя в различных социальных ситуациях и, самоутверждаясь, взрослеет, как правило, методом проб и ошибок.

Программа предназначена для проведения коррекционно-развивающих занятий в 8-9 классах в системе психологической помощи детям с ОВЗ.

Известно, что у каждого ребенка имеются свои проблемы и трудности, и если на какой-либо ступени нарушаются нормальные условия развития, то необходима специальная коррекционная работа.

Данная программа разработана с учетом сенситивных периодов развития, социализации личности.

Цель:

- психологическое развитие и сопровождение обучающихся в воспитательно-образовательном пространстве.

Задачи, которые решает программа:

- снижение уровня эмоциональной и социальной напряженности в школе, профилактика конфликтности;

- преодоление барьеров в общении, развитии коммуникабельности, улучшение психологического климата в школе;
- формирование жизненных ценностей, помощь в жизненном и профессиональном самоопределении;
- профилактика вредных привычек и воспитание ответственности за свое здоровье и будущее;
- повышение учебной мотивации;
- выявление и устранение личностных комплексов.

Помыслы обучающихся 8-9 классов все более направляются в сторону взрослой жизни, и самоопределения в ней, они ощущают себя взрослыми. Поэтому им даются знания о профессиональной, социальной сферах жизнедеятельности человека, о роли собственных усилий в достижении целей, формируются намерения, жизненные цели.

Работа по саморазвитию, самоактуализации личности является стимулирующим фактором развития самосознания, готовит подростка к жизненному самоопределению, стимулирует учебную деятельность.

Программа рассчитана на 2 часа в неделю 8 – 9 классы.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению и групповому тестированию.

На психологических занятиях подросткам важно ощущать полную безопасность и доверие к ведущему. Поэтому психолог организует доброжелательную и доверительную атмосферу взаимного общения.

Сегодня существует немало программ и тренингов для подростков. Анализируя содержание различных программ, пришла к выводу, что в них недостаточно внимания уделяется вопросам культуры общения и выработке элементарных правил вежливости.

повседневному этикету. Очень важно, чтобы подростки осознавали, что культура поведения является неотъемлемой составляющей системы межличностного общения.

Поэтому в занятия включены методики по выработке у подростков элементарных правил вежливости.

На занятиях используются известные большинству психологов игры и упражнения.

Структура занятий состоит из вступления, основной части и заключения.

Занятия по форме напоминают тренинги: с помощью специальных упражнений и ролевых игр участники овладевают навыками эффективного общения. На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Используемые на занятиях диагностические процедуры помогают обучающимся в самопознании.

Результатом изучения курса является формирование универсальных учебных действий.

Регулятивные :

- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные:

- адекватно воспринимать оценки учителей и одноклассников;
- уметь распознавать чувства другого человека;
- уметь формулировать собственные проблемы.

Коммуникативные:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;

Учиться толерантному отношению к другому человеку.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы составляют:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 01.01.2001 N 99-ФЗ, от 01.01.2001 N 203-ФЗ),
- Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 г. № 1599;

-Примерная адаптированная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

-Учебный план ГКОУ ЛО «Подпорожская школа-интернат на текущий учебный год.

8 класс

№/п	Тема занятия	Кол – во часов	Форма проведения	Дата
Раздел № 1 Введение				
1	Как появился человек на Земле	1	Беседа	03.09.19
2	Думают ли животные. Чем отличается человек от животного	1	Беседа	06.09.19
3	Давайте знакомиться с собой и друг с другом	1	Рассказы о себе или о друге	10.09.19
4	Зачем нужно знать себя	1	Беседа	13.09.19
5	Я глазами других	1	Обсуждение темы	17.09.19
6	Ищу друга	1	Беседа, игра «С тобой приятно общаться»	20.09.19
7	Груз привычек	1	Беседа	23.09.19
8	Вежливость	1	Обсуждение домашнего задания	27.09.19
9	Игра «Ярмарка достоинств»	1	Упражнения	30.09.19
10	Почему люди бывают плохие и хорошие, как мы об этом судим	1	Беседа	01.10
11	Что нам снится, откуда приходят сны	1	Беседа	04.10.19

12	Почему возникает страх?	1	Тест, упражнение на преодоление страха	07.10.
13	Откуда и как возникает хорошее и плохое настроение	1	Беседа	11.10.19
14	Кого мы называем другом, товарищем, знакомым	1	Беседа	15.10
Раздел № 2 Познай себя				
1	Как мы себя ценим	1	Беседа	18.10.19
2	Зачем осознавать и понимать эмоции	1	Тест, упражнения в различении эмоций по мимике	22.10
3	Как преодолеть агрессию	1	Тест, тренинг по преодолению агрессии	25.10.19
4	Будь своему слову хозяин	1	Беседа	28.10
5	Правила воспитания воли	1	Беседа, дискуссия	31.10.19
6	История марафонского бега	1	Беседа	12.11.19
7	Терпение дает умения	1	Беседа	15.11.19
8	Не место красит человека	1	Беседа	18.11
9	Что значит быть порядочным	1	За круглым столом	22.11.19
10	Что такое совесть	1	Обсуждение проблемы	25.11.19
11	Всякий человек – кузнец своего счастья	1	Беседа	30.11.19

Раздел № 3 Как мы познаем мир				
1	Почему человек допускает ошибки	1	Тесты	03.12
2	Как стать внимательным	1	Упражнения на развитие внимания	06.12.19
3	Как ощутить радость жизни	1	Игры на изучение зрительных, двигательных, тактильных ощущений	10.12
4	Ощущение и восприятие	1	Тесты на изучение ощущений и восприятий	13.12
5	Значение ощущений и восприятий в обычных и экстремальных ситуациях	1	Беседа	17.12.19
6	Может ли человек обойтись без памяти	1	Беседа, примеры из художественной литературы	20.12.19
7	Как правильно запоминать	1	Тесты, упражнения на изучение памяти	23.12
8	Правила развития воображения	1	Упражнения	27.12.19
9	Язык мой - друг мой	1	Беседа	30.12.19
10	Как слово отзовется	1	Беседа	24.12
11	Когда интересно жить	1	Беседа	29.12
12	Развиваем творчество	1	Упражнения на развитие творчества, тест	10.01
13	Бесстрашный человек – это хорошо или плохо	1	Беседа	14.01.19

Раздел № 4 Школа				
1	Дерево радостей и печалей	1	Тесты, упражнения на определение мотивации учебной деятельности	21.01
2	Личностный опросник Кеттелла	1	Изучение личностных особенностей	24.01.19
3	Тест Люшера	1	Определение эмоционального состояния и физиологической энергии (работоспособности)	25.01
4	Развиваем мышление	1	Тесты определения мышления, упражнения на развитие мышления	04.02 04.02
Раздел № 5 Проблемы и как их решить				
1	Что я могу сделать для осуществления желаемого	1	Беседа	09.02
2	Что я не могу, но могут другие	1	Беседа	11.02
3	Межличностные отношения	1	Анкета	16.02
4	Учимся слушать друг друга	1	Упражнения, задания на развитие навыков принятия, понимания других	18.02
5	Пойми меня	1	Обсуждение «домашнего задания»	25.02
6	Обиды	1	Беседа	02.03

7	Причины ссор и конфликтов	1	Тест, беседа	04.03
8	Предотвращения конфликтов	1	Игры «Перетягивание каната», «Петухи», тест «Конфликтный ли ты человек»	09.03
9	Маленькие хитрости в решении ссор	1	Упражнения	11.03
10	Что значит принять решение	1	Беседа	16.03
11	Анкета изучения психического климата в классе	1	Анкета	18.03
12	Игры «Красивое имя», «Испуганный ежик»	1	Упражнения для стабилизации психологического климата в классе	18.03
13		1		23.03
Раздел № 6 Личность				
1	Можем ли мы называть себя взрослыми	1	Беседа	06.04
2	Самооценка	1	Дискуссия	08.04
3	Личностью не рождаются, а становятся	1	Беседа	08.04
4	Час общения. Добро. Зло. Терпимость.	1	Беседа, обсуждение литературы	13.04
5	Что изменилось в вашем классе	1	Беседа	15.04
6	«Поздоровайся», «Определи на ощупь», «Кельтское колесо»	1	Игры на развитие коммуникативных навыков и компетентности	20.04

7	Передай добро по кругу	1	Бредбери «Все лето в один день», обсуждение, игра «Торопись обрадовать»	22.04
8	Богатство вашей личности	1	Рассказы о себе	27.04
9	«Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду»	1	Просмотр к/ф, обсуждение	29.04 29.04
10	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	Беседа - обсуждение	04.05
11	Уверенность в себе и милосердие	1	Обсуждение	06.05
12	Уверенность в себе и непокорность	1	Обсуждение	06.05
13	Комплементы или лесть	1	Обсуждение	11.05
Раздел № 7 Здоровье				
1	Не говори «да», если хочешь сказать «нет»	1	Беседа	13.05
2	Учусь сопротивляться	1	Беседа	13.05
Раздел № 8 Профессиональное самоопределение				
1	Человек и профессии	1	Беседа	18.05
2	Терпение и труд все перетрут	1	Беседа	20.05
3	Где родился, там и пригодился	1	Беседа	20.05
4	Профессиональное самоопределение	1	Тесты на выявление профессионального самоопределения	25.05

5	«Хочу работать»	1	Упражнения на развитие потребности в профессиональной деятельности.	27.05
6	Игра «Проще простого»	1	Конкурсные задания	27.05

9 класс

N/п	Тема занятия	Кол – во часов	Форма проведения	Дата
Раздел № 1 Введение				
1	Как появился человек на Земле	1	Беседа	02.09
2	Думают ли животные. Чем отличается человек от животного	2	Беседа	05.09 06.09
3	Давайте знакомиться с собой и друг с другом	1	Рассказы о себе или о друге	09.09
4	Зачем нужно знать себя	1	Беседа	12.09.19
5	Я глазами других	1	Обсуждение темы	13.09.19
6	Ищу друга	1	Беседа, игра «С тобой приятно общаться»	16.09
7	Груз привычек	1	Беседа	19.09.19
8	Вежливость	1	Обсуждение домашнего задания	20.09.19
9	Игра «Ярмарка достоинств»	1	Упражнения	23.09
10.	Почему люди бывают плохие и хорошие, как мы об этом судим	2	Беседа	26.09 26.09

11	Что нам снится, откуда приходят сны	1	Беседа	30.09
12	Почему возникает страх?	2	Тест, упражнение на преодоление страха	04.10 04.10
13	Откуда и как возникает хорошее и плохое настроение	1	Беседа	07.10
14	Кого мы называем другом, товарищем, знакомым	2	Беседа	10.10 10.10
Раздел № 2 Познай себя				
1	Как мы себя ценим	1	Беседа	14.10
2	Зачем осознавать и понимать эмоции	2	Тест, упражнения в различении эмоций по мимике	17.10 17.10
3	Как преодолеть агрессию	1	Тест, тренинг по преодолению агрессии	21.10
4	Будь своему слову хозяин	2	Беседа	24.10 24.10
5	Правила воспитания воли	1	Беседа, дискуссия	28.10
6	История марафонского бега	1	Беседа	11.11.19
7	Терпение дает умения	1	Беседа	14.11.19
8	Не место красит человека	2	Беседа	15.11 18.11
9	Что значит быть порядочным	1	За круглым столом	18.11.19
1	Всякий человек – кузнец своего счастья	1	Беседа	21.11.19

11	Что такое совесть	2	Обсуждение проблемы	25.11 25.11
Раздел № 3 Как мы познаем мир				
1	Почему человек допускает ошибки	2	Тесты	28.11 29.11
2	Как стать внимательным	1	Упражнения на развитие внимания	02.12
3	Как ощутить радость жизни	2	Игры на изучение зрительных, двигательных, тактильных ощущений	05.12 05.12
4	Ощущение и восприятие	2	Тесты на изучение ощущений и восприятий	09.12 12.12
5	Значение ощущений и восприятий в обычных и экстремальных ситуациях	1	Беседа	16.12.19
6	Может ли человек обойтись без памяти	1	Беседа, примеры из художественной литературы	19.12.19
7	Как правильно запоминать	2	Тесты, упражнения на изучение памяти	20.12 20.12
8	Правила развития воображения	1	Упражнения	23.12
9	Язык мой - друг мой	1	Беседа	26.12.19
10	Как слово отзовется	1	Беседа	26.12.19
11	Когда интересно жить	1	Беседа	13.01

12	Развиваем творчество	2	Упражнения на развитие творчества, тест	17.01 17.01
13	Бесстрашный человек – это хорошо или плохо	1	Беседа	20.01
Раздел № 4 Школа				
1	Дерево радостей и печалей	2	Тесты, упражнения на определение мотивации учебной деятельности	24.01 24.01
2	Личностный опросник Кеттелла	1	Изучение личностных особенностей	27.01
3	Тест Люшера	2	Определение эмоционального состояния и физиологической энергии (работоспособности)	01.02 01.02
4	Развиваем мышление	3	Тесты определения мышления, упражнения на развитие мышления	03.02 08.02 08.02
Раздел № 5 Проблемы и как их решить				
1	Что я могу сделать для осуществления желаемого	1	Беседа	10.02
2	Что я не могу, но могут другие	2	Беседа	15.02 15.02
3	Межличностные отношения	1	Анкета	17.02

4	Учимся слушать друг друга	2	Упражнения, задания на развитие навыков принятия, понимания других	22.02 22.02
5	Пойми меня	1	Обсуждение «домашнего задания»	24.02
6	Обиды	2	Беседа	01.03 01.03
7	Причины ссор и конфликтов	2	Тест, беседа	03.03 10.03
8	Предотвращения конфликтов	2	Игры «Перетягивание каната», «Петухи», тест «Конфликтный ли ты человек»	15.03 15.03
9.	Маленькие хитрости в решении ссор	1	Упражнения	17.03
10	Что значит принять решение	1	Беседа	22.03
11	Анкета изучения психического климата в классе	1	Анкета	22.03
12	Игры «Красивое имя», «Испуганный ежик»	1	Упражнения для стабилизации психологического климата в классе	24.03
13	Повиновение или решение	2	Разбор проблемных ситуаций	29.03 29.03
Раздел № 6 Личность				
1	Можем ли мы называть себя взрослыми	1	Беседа	05.04

2	Самооценка	1	Дискуссия	05.04
3	Личностью не рождаются, а становятся	1	Беседа	07.04
4	Час общения. Добро. Зло. Терпимость.	1	Беседа, обсуждение литературы	12.04
5	Что изменилось в вашем классе	2	Беседа	12.04
6	«Поздоровайся», «Определи на ощупь», «Кельтское колесо»	1	Игры на развитие коммуникативных навыков и компетентности	14.04
7	Передай добро по кругу	2	Бредбери «Все лето в один день», обсуждение, игра «Горопись обрадовать»	19.04 19.04
8	Богатство вашей личности	1	Рассказы о себе	21.04
9	«Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду»	2	Просмотр к/ф, обсуждение	
10	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	Беседа – обсуждение	26.04
11	Уверенность в себе и милосердие	1	Обсуждение	26.04
12	Уверенность в себе и непокорность	1	Обсуждение	28.04
13	Комплементы или лесть	1	Обсуждение	03.05
Раздел № 7 Здоровье				
1	Не говори «да», если хочешь сказать «нет»	1	Беседа	03.04
2	Учусь сопротивляться	1	Беседа	06.05

Раздел № 8				
Профессиональное самоопределение				
1	Человек и профессии	1	Беседа	10.05
2	Терпение и труд все перетрут	1	Беседа	10.05
3	Где родился, там и пригодился	1	Беседа	12.05
4	Профессиональное самоопределение	2	Тесты на выявление профессионального самоопределения	17.05 17.05
5	«Хочу работать»	1	Упражнения на развитие потребности в профессиональной деятельности	19.05
6	Игра «Проще простого»	2	Конкурсные задания	24.05 24.05
7	Прогресс человечества – в чем его плюсы	1	Задания на развитие навыков работы с информацией	26.05