

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ И ГРУППОВЫХ  
КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-9 КЛАССОВ  
С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
«СТУПЕНИ РАЗВИТИЯ»**

**Педагог-психолог высшей категории  
Бекмухамбетова Асима Ахметгалимовна**

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 85», 460052, г. Оренбург, ул. Салмышская, д. 48/4, тел. +7 (3532) 43-62-93, 43-62-94, e-mail: [85@orenschool.ru](mailto:85@orenschool.ru); сайт: <http://школа85.рф/>

г. Оренбург

## АННОТАЦИЯ

### **к рабочей программе индивидуальных и групповых коррекционных занятий для обучающихся 5-9 классов с задержкой психического развития**

Программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий для обучающихся 5-9 классов с задержкой психического развития «Ступени развития» разработана педагогом-психологом Бекмухамбетовой А.А. и апробирована в течение 2016-2023 годов.

Научной основой программы является экспериментальное исследование Т.Н. Матанцевой о возрастных и специфических особенностях личностной саморегуляции подростков с задержкой психического развития, Ларионовой С.О. о психологическом сопровождении профилактики девиантности у младших школьников с задержкой психического развития.

Программа направлена на коррекцию асоциального поведения (агрессивное, конфликтное поведение, невыполнение учебных заданий, недисциплинированность) и преодоление ряда трудностей (неумение управлять своими эмоциями и поведением), которые обусловлены низкой психической саморегуляцией и слабостью понимания процессов, происходящих во внутреннем мире подростка.

При разработке программы были изучены подходы к формированию личностной саморегуляции и профилактики девиантного поведения подростков таких авторов как О.В. Хухлаева, А.Г. Грецов, Г.К. Селевко, М.М. Безруких, С.В. Кривцова. Программа занятий построена на «Технологии саморазвития личности» (ТСРЛ А.А.Ухтомского – Г.К. Селевко).

Занятия строятся посредством методов сказкотерапии, упражнений на самопознание и саморефлексию, решение проблемных ситуаций и мини-тренингов. На занятиях создаются условия, позволяющие подростку раскрыть свои потенциальные возможности, поверить в собственные силы и научиться достигать успеха в любой деятельности.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

Программа рассчитана на 5 лет обучения по 30 часов в каждом учебном году. Ежегодно проводится мониторинг развития участников программы в когнитивной, эмоционально-личностной сферах. Отслеживаются регуляторные навыки и умения.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование вида программы и описание проблемной ситуации, на решение которой она направлена .....	5
2. Описание целей и задач программы .....	9
3. Целевая аудитория .....	9
4. Научно-методические и нормативно-правовые основания разработки и реализации.....	10
5. Описание используемых методик, технологий, инструментария .....	11
6. Этапы и алгоритм реализации программы .....	13
7. Учебно-тематические планы .....	16
8. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы .....	32
9. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы .....	35
10. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников .....	37
11. Ожидаемые результаты реализации программы .....	37
12. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы .....	39
13. Критерии оценки достижения планируемых результатов: качественные и количественные .....	39
14. Сведения о практической апробации программы на базе организации: место и срок апробации, количество участников .....	40
15. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы .....	40
16. Подтверждение соблюдения правил заимствования .....	44
17. Список литературы .....	45
Приложение 1. Упражнения, направленные на развитие саморефлексии .....	47
Приложение 2. Диагностика сформированности учебной деятельности .....	49

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Наименование вида программы и описание проблемной ситуации, на решение которой она направлена

Программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий для обучающихся 5-9 классов «Ступени развития» является авторской программой для подростков с задержкой психического развития.

Под термином «задержка психического развития» понимаются синдромы отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоционально-волевых), замедление темпа реализации закодированных в генотипе возможностей. Это понятие употребляется по отношению к детям со слабо выраженной органической или функциональной недостаточностью центральной нервной системы (ЦНС). У рассматриваемой категории детей нет специфических нарушений слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата. Они не являются умственно отсталыми.

Актуальность предложенной программы заключается в том, что вся методы и средства коррекционной работы направлены на предупреждение психологической дезадаптации и профилактику поведенческих нарушений подростков с задержкой психической развития. Согласно современным исследованиям (В.В. Ковалев, И.А. Коробейников, К.С. Лебединская, В.И. Лубовский, Л.М. Шипицына и др.), у детей и подростков с задержкой психического развития, значительно ослаблены «социальные возможности личности».

Незрелость эмоционально-волевой сферы является одним из факторов, тормозящим развитие социально одобряемых форм поведения у данного контингента детей. Для эмоциональной сферы ребёнка с ЗПР характерны малодифференцированность, бедность переживаний. Как отмечает С.С. Ляпидевский и Б.И. Шостак, его «чувства однообразны, неустойчивы, ограничиваются двумя крайними состояниями (удовольствие или

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

неудовольствие), возникают только при непосредственном воздействии того или иного раздражителя» (Артеменко О.Н., Перепелица С.Ю., 2012 г). То есть, переживания детей с ЗПР примитивны и еще нет дифференцированных тонких оттенков переживаний. Это объясняется тем, что у ребёнка есть наличие примитивных потребностей. Кроме того, у детей с ЗПР часто бывают неадекватные воздействиям эмоции и чувства. У одних детей наблюдается чрезмерная лёгкость и поверхностная оценка серьёзных жизненных событий. Слабость мысли, интеллекта и незрелость, примитивность мотивационно-потребностной сферы тормозят у них формирование высших чувств.<sup>1</sup> Указанные дефициты способствуют формированию дезадаптивных форм поведения и склонности к девиациям.

У подростков с ЗПР, несмотря на наличие возрастных особенностей и тенденций, процесс становления «образа Я» характеризуется своей спецификой, общей для всей рассматриваемой категории. У младших подростков с ЗПР все же недостаточно развивается словесно-логическое мышление, что вызывает отклонение в когнитивной организации «образа Я»: он формируется на базе наглядно-образного мышления. У подростков с ЗПР раньше, чем у подростков с нормой развития, наступает кризис самовосприятия — в 11–12 лет, что говорит о неблагополучии самопознания, связанном с препятствиями на пути конструирования «образа Я» (И.А. Конева, 2010). Кроме того, у подростков данной категории рефлексивность, дифференцированность, устойчивость адекватной самооценки не формируются в нужном возрасте в силу наложения отпечатка первичного дефекта на развитие личности.<sup>1</sup>

Результаты исследования в 2009г. Матанцевой Т.Н. показали, что подростки с ЗПР имеют потенциальные возможности к личностному развитию

---

<sup>1</sup> *Заяткина И.М.* Профилактика отклоняющегося поведения подростков с задержкой психического развития посредством коррекции их психоэмоционального состояния и развития способностей самовыражения и самопознания [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 1. С. 44–53. DOI: 10.17759/bppe.2022190104

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»

и формированию личностной саморегуляции при условии соответствующей организации коррекционно-развивающей работы. *Целенаправленно формируя личностные структуры, входящие в структуру саморегуляции, можно добиться нормализации этого процесса и скомпенсировать влияние дизонтогенеза.* Саморегуляция обуславливает успешное протекание любой деятельности, не только учения.<sup>2</sup> Основой развития саморегуляции по мнению Н.А. Менчинской является становление у школьников процессов осознания своих возможностей, развитие мотивационной готовности к усовершенствованию учебной деятельности.<sup>3</sup>

*«Личностная саморегуляция»* функциональное средство субъекта, позволяющее мобилизовывать личностные и когнитивные ресурсы для реализации активности и достижения значимых целей. Саморегуляция генетически выступает как специфическая для человека наиболее общая функция его психики, позволяющая человеку реализовать себя как творца, исполнителя и контролера своей деятельности, жизнедеятельности в целом. В саморегуляции воплощена общая способность человека быть субъектом своей целенаправленной активности, постоянно реализующаяся во множестве отдельных актов такой активности.<sup>4</sup>

Подросткам с ЗПР характерна «рыхлая» связность между структурными компонентами саморегуляции, что проявляется в слабой взаимообусловленности и взаимовлиянии друг на друга показателей активности, рефлексии, ценностных ориентаций и нравственных представлений. Наиболее слабо в регуляции представлены рефлексия, ценность ответственности, ценность-Я, саморуководство и нравственные представления.

---

<sup>2</sup> <http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-10/dissertaciya-osobennosti-lichnostnoy-samoregulyatsii-podrostkov-11-16-let-s-zaderzhkoy-psihicheskogo-razvitiya>

<sup>3</sup> <https://cyberleninka.ru/article/n/vozmozhnosti-formirovaniya-lichnostnoy-samoregulyatsii-mladshih-shkolnikov/viewer>

<sup>4</sup> Конопкин О.А. Общая способность к произвольной саморегуляции как фактор субъектного развития. //Вопросы психологии, 2004 № 2 С. 127-135.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

Для младших подростков с ЗПР характерно выраженное защитное поведение, избегание открытых отношений с самим собой. Как следствие, младшие подростки с ЗПР не вполне осознают какие они, какова их личность, к чему они стремятся, в большей степени полагаясь на мнение окружающих. Самосознание включено в процесс становления личности, следовательно, у подростков с ЗПР этот процесс нарушен. В 13-14 лет механизм регуляции не прослеживается, в этом возрасте прослеживается структурный кризис саморегуляции, приводящий к рассогласованности регуляторных компонентов. Как функция личности саморегуляция ретардирует, приостанавливается ее развитие. В 15-16 лет механизмом является «Зеркальное-Я», что соответствует младшему подростковому возрасту в норме.

Все указанные характеристики качества саморегуляции (эмоционально-волевая сфера, ценностная ориентация, личностное развитие) у подростков с задержкой психического развития способствуют формированию девиантности.

Девиантное поведение – это поведение, отклоняющееся от установленных в обществе норм и правил, которое обуславливается как индивидуально-типологическими и возрастными особенностями личности, так и спецификой ее жизненного пространства, состоянием межличностного взаимодействия, характером семейных и внутригрупповых отношений, а также сопровождается негативной оценкой со стороны окружающих и нарушением процесса социализации.

Девиантное поведение выражается в изменениях ценностно-смысловых ориентаций, нравственных установок и мотивационно-потребностной сферы личности, то есть в деформации системы внутренней саморегуляции и саморефлексии.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Ларионова С.О. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук по теме «Психологическое сопровождение профилактики девиантности у младших школьников с задержкой психического развития. – М., 2020



## 2. Описание целей и задач программы

Целью данной программы является развитие личностной саморегуляции и профилактика девиантного поведения подростков с задержкой психического развития.

Развитие личностной саморегуляции подростков с ЗПР подразумевает решение следующих *задач*:

- мотивирование подростков к самопознанию и познанию других людей;
- развитие саморефлексии;
- формирование адекватной установки в отношении школьных трудностей (установки преодоления);
- обучение дифференциации эмоциональных состояний, пониманию чувств другого человека;
- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений с окружающими;
- повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- совершенствование учебной деятельности через развитие ВПФ (высших психических функций), устранение причин трудностей в освоении основных общеобразовательных программ;
- преодоление демотивированности и недисциплинированности;
- коррекция нежелательных черт характера и поведения (агрессивности, конфликтности, импульсивности).

## 3. Целевая аудитория

Программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий для обучающихся 5-9 классов с задержкой психического развития ориентирована на детей младшего, среднего и старшего подросткового возрастов, которые

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

испытывают трудности в усвоении общеобразовательной программы, обучающиеся по АООП ООО 7.1, 7.2 и АООП ООО 6.2

**4. Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение программы**

Научной основой программы является экспериментальное исследование Т.Н. Матанцевой о возрастных и специфических особенностях личностной саморегуляции подростков с задержкой психического развития, С.О. Ларионовой о психологическом сопровождении профилактики девиантности у младших школьников с задержкой психического развития.

При разработке программы были изучены подходы к формированию личностной саморегуляции и профилактики девиантного поведения подростков таких авторов как О.В. Хухлаева, А.Г. Грецов, Г.К. Селевко, М.М. Безруких, С.В. Кривцова.

Программа занятий построена на «Технологии саморазвития личности» (ТСРЛ А.А. Ухтомского – Г.К. Селевко). В основе технологии лежат идеи А.А. Ухтомского:

- осознание личностью целей, задач и возможностей своего развития и саморазвития;
- участие личности в самостоятельной и творческой деятельности, определенный опыт успеха и тренинг достижений;
- адекватные стиль и методы внешних воздействий; условий обучения и воспитания и уклада жизнедеятельности.

Применение технологии Г.К. Селевко в рамках коррекционно-развивающих занятий способствует повышению психологической грамотности, формированию жизненно важных навыков, социально-личностному росту подростков, что в итоге обеспечивает профилактику девиантного поведения.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

Программа опирается на следующие *нормативно-правовые* документы:

1. Конституция Российской Федерации (12 декабря 1993 г.) с учетом поправок, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. No1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (ФГОС ООО).

6. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы (утв. Указом Президента РФ от 01.06.2012 N 761);

7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г. N 514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».

**5. Описание используемых методик, технологий, инструментария**

Занятия по разделам на развитие эмоционально-волевой и социально-личностной сфер строятся посредством методов сказкотерапии, упражнений на самопознание и саморефлексию, моделирования и решения жизненных ситуаций и мини-тренингов. На занятиях создаются условия, позволяющие подростку раскрыть свои потенциальные возможности, поверить в собственные силы и научиться достигать успеха в любой деятельности.

*Сказкотерапия* - направление практической психологии, использующее ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитания, образования,

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

развития личности и коррекции поведения. Это создание безопасной среды, в которой ребенок получает возможность раскрыть свою личность, проявить ее ресурсы. Дети обычно отождествляют себя с главным положительным героем, будто примеряя его поведение на себя. Такая особенность детского восприятия сказки позволяет давать терапевтический эффект.

*Упражнения на самопознание и саморефлексию*

Самопознание – это изучение личностью собственных психических и физических особенностей, осмысление самого себя. Оно начинается в младенчестве и продолжается всю жизнь. Формируется постепенно по мере отражения как внешнего мира, так и познания самого себя. Процесс самопознания тесно связан с саморефлексией субъекта, которая способствует расширению самосознания личности и развитию социально-перцептивного интеллекта. Примеры использования данного метода изложены в приложении 1.

*Моделирование и решение жизненных ситуаций*

В некоторых источниках данный активный метод работы называют имитационным моделированием ТЖС (тяжелых жизненных ситуаций), который на современном этапе применяют в процессе консультирования и психотерапии, а также в социологии и медицине. В рамках программы коррекционных занятий метод моделирования и решения жизненных ситуаций используется для тренировки навыков и умений уверенного поведения в межличностном взаимодействии.

*Мини-тренинги*

Мини-тренинги используются со старшими подростками. Мини-тренинги представляют собой упражнения, в которых решаются различные развивающие задачи. Среди которых:

- развитие навыков рефлексии и саморегуляции эмоциональных состояний, конструктивного выражения своих эмоций;

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

- выработка умения решать проблемы в общении, повышение уровня коммуникативной компетентности;
- тренировка уверенного поведения, умения отстаивать свои интересы и противостоять негативному влиянию социального окружения.

## **6. Этапы и алгоритм реализации программы**

Программа рассчитана на 5 лет занятий. Объем занятий в год – 30 академических часов (по 40 мин). Каждое занятие адаптировано для проведения как в индивидуальном, так и в групповом формате, так как количество детей, обучающихся по адаптированной программе ежегодно варьируется.

Реализация курса коррекционных занятий на каждом году обучения осуществляется через 4 образовательных модуля. Учебный материал программы имеет концентрическое распределение. Ежегодно работа с тремя модулями направлена на развитие эмоционально-волевой и социально-личностной сфер и один модуль на развитие когнитивной сферы.

### 5 класс

**Модуль I. Образ Я. Знакомство с собой. Образ вашего Я. Я и окружающие. Я – могу. Я нужен! Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.**

**Модуль II. Учусь учиться. Режим дня. Упражнения на развитие познавательных способностей (гибкости мышления, пространственных представлений, анализа и синтеза, установления закономерностей, абстрагирования, внутреннего плана действий, установления сходства, противоположности и различий, устойчивости внимания).**

**Модуль III. Мир моих чувств. Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться? Сказкотерапия**

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»

негативных эмоций, направленная на разрешение трудностей: «Я не такой как все», «Я не хочу учиться», «Я не могу учиться».

**Модуль IV. Мой характер. Качества личности. На кого тебе хотелось бы быть похожим? Воля и самостоятельность. Посеешь поступок – пожнешь привычку. Каждый человек своему счастью кузнец.**

6 класс

**Модуль I. Мой внутренний мир. Каждый видит и чувствует мир по-своему. Любой внутренний мир ценен и уникален. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. Мир чувств и эмоций. Как сказать о своем чувстве. Мое тело. Личное пространство.**

**Модуль II. Учись учиться. Упражнения на развитие познавательных способностей (гибкости мышления, пространственных представлений, внутреннего плана действий, установления отношений между понятиями, деления понятий, установления закономерностей, развития концентрации, распределения, селективности внимания).**

**Модуль III. Я в общении. Что такое общение. Шаги знакомства. Как научиться понимать друг друга. Рассказы и пословицы о проблемах в общении. Сказкотерапия негативных эмоций, направленная на разрешение трудностей: «Я не знаю, как подружиться», «Мне здесь грустно и одиноко!».**

**Модуль IV. Я взрослею. Мир взрослых. Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых. Я в ответе за свое будущее. Ответственность и принятие решений.**

7 класс

**Модуль I. Что значит «Я – подросток?». Чувство взрослости. Сказкотерапия на решение проблемы, вызванной подростковым кризисом. Я-реальное. Я-идеальное. Самооценка. Внешность. Уровень притязаний. Уверенность в общении. Сказкотерапия на решение проблем: «Я не такой, как все», «Я некрасивая!»**

**Модуль II. Учусь учиться.** Упражнения на развитие познавательных способностей (гибкости мышления, внимательного чтения текста, приемов запоминания, речи, концентрации внимания, распределения и переключения внимания, установления отношений между понятиями, деления понятий, установления закономерностей, внутреннего плана действий).

**Модуль III. Учусь владеть собой.** Нужно ли управлять своими эмоциями? Самоконтроль. Какие чувства мы скрываем? Как я выражаю свои чувства? Способы выражения чувств. Как простить обиду? Как справиться со злостью? Контроль за настроением. Как преодолеть лень? Как себя заинтересовать?

**Модуль IV. Я в мире людей.** А что обо мне подумают? Страх оценки. Как вести себя с незнакомым человеком? Секреты сотрудничества. Что такое эмпатия? Зачем мне нужна эмпатия?

#### 8 класс

**Модуль I. Каков я на самом деле?** Я – человек и я – личность. Я– физическое. Я-внешность. Самооценка. Я– характер. Я–поведение. Мои достоинства и недостатки. Я в учебе. Я-прошлое. Я-настоящее. Я в общении. Сказкотерапия на решение проблем: «Я некрасивая и плохая», «Я "не такой", я никому не нужен». Мои ценности.

**Модуль II. Учусь учиться.** Упражнения на развитие познавательных способностей (гибкости мышления, внимательного чтения текста, приемов запоминания, речи, концентрации внимания, распределения и переключения внимания, установления отношений между понятиями, деления понятий, установления закономерностей, внутреннего плана действий).

**Модуль III. Я в общении.** Общение – обмен информацией и эмоциями. Проблемы в общении. Какая бывает информация? Как лучше подать информацию? Как лучше понять информацию? Что такое конфликт? Мои чувства в конфликте. Поведение в конфликте. Сказкотерапия на решение проблемы – конфликт с учителем.

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»

**Модуль IV. Важные навыки жизни.** *Что такое уверенность в себе? Чем уверенность отличается от самоуверенности? Умение сказать «нет». Уверенное выступление. Самоконтроль. Преодоление стрессов. Движение к целям.*

9 класс

**Модуль I. Заглядывая в будущее.** *Самоопределение. Я в этом мире. Ступени к взрослости. Дорога труда. Мир профессий. Легкая и пищевая промышленность. Металлообработка. Деревообработка. Электро- и радиотехника. Строительство.*

**Модуль II. Учусь учиться.** *Упражнения на развитие познавательных способностей (гибкости мышления, внимательного чтения текста, приемов запоминания, речи, концентрации внимания, распределения и переключения внимания, установления отношений между понятиями, деления понятий, установления закономерностей, внутреннего плана действий).*

**Модуль III. Важные навыки жизни.** *Уверенность на экзамене. Мотивация. Навыки общения. Преодоление барьеров в общении. Уверенность в отношениях. Решение конфликтов. Противостояние влиянию.*

**Модуль IV. Рефлексия.** *Что я знаю о себе? Мир моих чувств. Мои страхи и сомнения. Мои достоинства. Мои ценности. Мое прошлое, мое настоящее, мое будущее. Мои мечты, мои цели.*

## 7. Учебно-тематические планы

### 5 класс

№	Тема занятия	Практикум	Используемый ресурс	Кол-во час.
I	Образ Я			
1	Знакомство с собой.	Упражнение «Кто я? Какой я есть?»	Г.К. Селевко. Познай себя. Стр. 4	40 мин.
2	Образ вашего Я.	Упражнение «Я-многогранное».	Г.К. Селевко. Познай себя. Стр. 6	40 мин.



**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

3	Я и окружающие.	Упражнение «Круг моих связей и отношений с окружающими».	Г.К. Селевко. Познай себя. Стр. 10	40 мин.
4	Я – могу.	Сказка «Фламинго».	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. Стр. 73	40 мин.
5	Я нужен!	Повесть о настоящем ...цвете.	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. Стр. 77	40 мин.
6	Я мечтаю.	Сказка о мечте.	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. Стр. 79	40 мин.
7	Я – это мои цели.	.Сказка о Дрюпе Дрюпкене.	Хухлаева О.В. Лабиринт души. Стр. 80	40 мин.
8	Я – это мое детство.	Упражнение «Любимая игрушка».	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. Стр. 84	40 мин.
9	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	Рисунок «Я сегодня и Я в будущем».	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. Стр. 86	40 мин.
<b>II</b>	<b>Учусь учиться</b>			
10	Внимание. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Называйте и считайте», 2) «Три слова», 3) «Составьте слова», 4) «Вставьте в пословицы нужные по смыслу пословицы».	Н.П. Локалова. Уроки психологического развития в средней школе» (1-3 упр., стр.20); О. Холодова. Юным умникам и умницам (4 упр., стр. 5)	40 мин.
11	Гибкость и скорость мышления.	Упражнения: 1) «Отгадайте слова», 2) «Исправь ошибки в пословицах», 3) «Составь не меньше 8 слов», 4) «Расшифруй слово», 5) «Заполни клетки антонимами».	Н.П. Локалова. Уроки психологического развития в средней школе» (1 упр., стр. 21); О. Холодова. Юным умникам и умницам (3-5 упр., стр. 8, 11)	40 мин.
12	Внутренний план действий, абстрагирование.	Упражнения: 1) «Муха», 2) «Вставь слово вместо точек», 3) «Реши анаграммы», 4) «Впиши недостающее слово»,	Н.П. Локалова. Уроки психологического развития в средней школе (1 упр., стр. 23); О. Холодова. Юным умникам и умницам (2-5 упр., стр. 17-18)	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

		5) «Реши примеры», «Подберите слова».		
13	Пространственные представления. Закономерности.	Упражнения: 1) «Представьте куб», 2) «Выбери нужную фигуру», 3) «Учись решать , стараясь рассуждать».	Н.П. Локалова. Уроки психологического развития в средней школе» (1 упр., стр. 21); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (2-3 упр., стр. 18-19)	40 мин.
14	Гибкость мышления. Сходства и различия.	Упражнения: 1) «Делаем вместе», 2) «Способы применения предмета», 3) «Выберите синонимы и антонимы», 4) «Отгадай, какие слова спрятались», 5) «Сколько здесь цифр», 6) «Нарисуй самолет».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-3 упр., стр. 27-28); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (4-6 упр., стр. 20)	40 мин.
15	Пространственные представления. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Необычные ножницы», 2) «Подберите синонимы и антонимы», 3) «Ребусы», «Задания со спичками».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр., стр.30, 28); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (4-6 упр., стр. 21-22)	40 мин.
16	Сходства и различия. Закономерности.	Упражнения: 1) «Одинаковые. Противоположные. Разные», 2) «Выбери нужную фигуру», 3) «Расположи синонимы», 4) «Разрежь фигуру», 5) «Вставь пропущенное число».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1 упр., стр. 25); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (2-4 упр., стр. 17,24); Е.В. Языканова. «Развивающие задания» (стр. 18)	40 мин.
17	Пространственные представления. Вербальное мышление.	Упражнение: 1) «Ошибки в изображениях», 2) «Существенные и несущественные признаки», 3) «Найди похожие слова», 4) «Запиши одним словом».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр., стр. 31); Языканова. «Развивающие задания» (стр. 32-33)	40 мин.
18	Гибкость мышления.	Упражнение:	Н.П. Локалова «Уроки психологического	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

	Устойчивость внимания.	1) «Замените символы цифрами», 2) «Объясните поговорки», 3) «Найди за две минуты», 4) «Прочитай полезный совет», 5) «Переставили буквы».	развития в средней школе» (1-2 упр., стр.33); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (3-5 упр., стр. 23)	
19	Закономерности. Вербальное мышление.	Упражнение: 1) «Найдите фигуры», 2) «Понимание пословиц», 3) «Замени слова синонимами».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр., стр.34, 28); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (3 упр., стр. 27	40 мин.
<b>III</b>	<b>Мир моих чувств</b>			
20	Чувства бывают разные.	Радуга эмоций и чувств.	М.М. Безруких «Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми». 6 класс. Стр. 3.	40 мин.
21	Стыдно ли бояться?	Сказ о том, как Штирлицев свой страх победил.	О.В. Хухлаева. «Тропинка к своему я». Стр. 87	40 мин.
22	Имею ли я право сердиться и обижаться?	Рисунок «Обида».	О.В. Хухлаева. «Тропинка к своему я». Стр. 97	40 мин.
23	Со мной никто не дружит.	Сказка про маленькое облачко.	О.В. Хухлаева «Лабиринт души». Стр. 56	40 мин.
24	Не могу учиться.	Сказка «Медвежонок и Старый Гриб».	Хухлаева О.В. «Лабиринт души». Стр. 37	40 мин.
25	Не хочу учиться.	Сказка «Котенок Маша».	Хухлаева О.В. «Лабиринт души». Стр. 39	40 мин.
<b>IV</b>	<b>Мой характер</b>			
26	Качества личности.	Упражнения: 1) «Какие качества тебе присущи», 2) «Опиши свой характер».	Безруких М.М. «Познаю свои способности». 5 класс. Стр. 39	40 мин.
27	На кого тебе хотелось бы быть похожим?	Работа с отрывком из повести «Черная курица».	Безруких М.М. «Познаю свои способности». 5 класс. Стр. 38	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

28	Воля и самостоятельность.	Тесты.	Г.К. Селевко. «Познай себя». Стр. 49-50	40 мин.
29	Посеешь поступок – пожнешь привычку.	Работа с поговоркой.	Безруких М.М. «Познаю свои способности». 5 класс. Стр. 41	40 мин.
30	Всеякий человек своему счастью кузнец.	Работа с отрывком из романа «Гарри Поттер».	Безруких М.М. «Познаю свои способности». 5 класс. Стр. 44	40 мин.

**6 класс**

№	Тема занятия	Практикум	Используемый ресурс	Кол-во час.
<b>I</b>	<b>Мой внутренний мир</b>			
1	Каждый видит и чувствует мир по-своему.	Арт-терапия «Маленькая страна».	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. С. 99	40 мин.
2	Любой внутренний мир ценен и уникален.	Арт-терапия «Я внутри и снаружи».	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. С. 101	40 мин.
3	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	Упражнение «Внутренняя сила».	О.В. Хухлаева. Тропинка к своему я. С. 105	40 мин.
4	Мир чувств и эмоций.	Упражнение «Мир моих чувств».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 273	40 мин.
5	Как я выражаю свои чувства.	Схемы описания чувств.	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 278	40 мин.
6	Мое тело.	Арт-терапия «Карта тела».	<a href="https://yrok.pф/library/zanyatie_s_ispolzovaniem_artterapii_dlya_detej_sta_123_617.html">https://yrok.pф/library/zanyatie_s_ispolzovaniem_artterapii_dlya_detej_sta_123_617.html</a>	40 мин.
7	Я – это я.	Сказка. Чайка, которая хотела стать самолетом	Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Маленький принц и его роза. Терапевтические сказки.	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

II	Учусь учиться			
9	Пространственные представления. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Вид комнаты сверху», 2) «Понимание пословиц», 3) «Образуй имена существительные», 4) «Замени слова синонимами», 5) «Запиши одним словом», 6) «Восстанови слова».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр., стр. 36); О. Холодова «Юным умникам и умницам» (3-4 упр. С. 30); Е.В. Языканова. «Развивающие задания». С. 20	40 мин.
10	Закономерности. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Выразите разными словами», 2) «Какой фигуры не хватает».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1 упр. С. 37); Языканова. «Развивающие задания». С. 22	40 мин.
11	Устойчивость внимания. Вербальное мышление.	Упражнение: 1) «Найди лишнее слово», 2) «Какое это понятие».	Языканова. «Развивающие задания» (1 упр. С. 23); Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (2 упр. С. 39)	40 мин.
12	Пространственные представления. Логическое мышление.	Упражнения: 1) «Найдите лишнюю фигуру», 2) «Сравниваем понятия».	Локалова «Уроки психологического развития в средней школе». С. 41-43	40 мин.
13	Внутренний план действий. Деление понятий.	Упражнения: 1) «Муха», 2) «Сравниваем понятия».	Локалова «Уроки психологического развития в средней школе». С. 44-46	40 мин.
14	Закономерности. Скорость восприятия.	Упражнения: 1) «Найдите фигуры», 2) «Расставь любые числа», 3) «Продолжи числовой ряд».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1 упр., стр. 47-49); О. Холодова. «Юным умникам и умницам» (2 упр., с. 29); (Языканова. «Развивающие задания». С. 26	40 мин.
15	Пространственные представления. Деление понятий.	Упражнения: 1) «Дополните до куба», 2) «Сравниваем понятия», 3) «Запиши отсутствующие числа»,	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр., стр. 50-51); О. Холодова.	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

		4) «Сколько кирпичей выпало».	«Юным умникам и умницам» (2 упр. С. 29)	
16	Воображение. Деление понятий.	Упражнения: 1) «Придумайте предметы», 2) «Разделите понятия».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр. С. 52-53)	40 мин.
17	Пространственное представление. Деление понятий.	Упражнения: 1) «Перекресток», 2) «Деление понятий».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр. С. 54-55)	40 мин.
18	Воображение. Виды суждения.	Упражнения: 1) «Рисуем в уме», 2) «Определите вид суждения», 3) «Подбери определение», 4) «Выбери нужное слово».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1-2 упр., стр. 56-58); О. Холодова. «Юным умникам и умницам» (3-4 упр. С. 32-33)	40 мин.
19	Пространственное представление. Изменение суждений.	Упражнения: 1) «Переворот фигур», 2) «Найдите фигуры», 3) «Измените форму, не меняя содержание».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе». С.59-63	40 мин.
20	Вербальное мышление. Гибкость мышления.	Упражнения: 1) «Замените буквы цифрами», 2) «Измените форму, не меняя содержание».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе». С. 64-67	40 мин.
<b>III</b>	<b>Я в общении</b>			
21	Что такое общение.	Упражнение «Чувства, когда не хватает общения».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 210	40 мин.
22	Шаги знакомства.	Анализ отрывка из повести «Журавленок».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 211	40 мин.
26	Как научиться понимать друг друга.	Упражнения: 1) «Что мешает людям понять друг друга», 2) «Соедини линиями рисунки и подписи к ним»,	Безруких М.М. Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс. С. 12	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

		3) Чтение отрывка из сказки «Алиса в стране чудес».		
24	Рассказы и пословицы о проблемах в общении.	Работа с пословицами.	Безруких М.М. Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс. С. 3-14	40 мин.
25	Я не знаю, как подружиться	Сказка про Енота.	Хухлаева О.В. Лабиринт души. С. 20	40 мин.
26	Мне здесь грустно и одиноко!	Сказка «Маленькое Приведенье».	Хухлаева О.В. Лабиринт души. С. 57	40 мин.
<b>IV</b>	<b>Я взрослею</b>			
27	Мир взрослых.	Упражнение «Качества взрослых людей».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 242	40 мин.
28	Мой взрослый мир.	Упражнение «Список событий (дел) за неделю».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С.247	40 мин.
29	Я в ответе за свое будущее.	Рисунок «Я через 10 лет».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 255	40 мин.
30	Ответственность и принятие решений.	Рассказ «История про Катю».	Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы. С. 258	40 мин.

**7 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Практикум</b>	<b>Используемый ресурс</b>	<b>Кол-во час.</b>
<b>I</b>	<b>Что значит «Я – подросток?»</b>			
1	Подростковый кризис.	Упражнение «Психоаналитик».	Я – подросток (авт. А.В. Микляева). С. 10	40 мин.
2	Чувство взрослости.	Сказка «Бурин, или Когда ребенок становится взрослым?»	Хухлаева О.В. Лабиринт души. С. 82	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

3	Самооценка.	Тест Д. Рубинштейн		40 мин.
4	Внешность. Я не такой, как все, Я некрасивая!	Сказка «Щечка».	Хухлаева О.В. Лабиринт души. С. 71	40 мин.
5	Я-реальное. Я-идеальное. Уровень притязаний.	Рисунок «Я-реальное. Я-идеальное».		40 мин.
<b>II</b>	<b>Учусь учиться</b>			
6	Пространственные представления. Преобразование суждений.	Упражнения: 1) «Переворот фигур», 2) «Измените форму, не меняя содержание».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе». С. 68-71	40 мин.
7	Воображение. Вербальное мышление	Упражнения: 1) «Соедините точки», 2) «Измените форму, не меняя содержание».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе». С. 72-74	40 мин.
8	Переключение внимания. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Называйте и считайте», 2) «Найди антонимы», 3) «Найди похожие слова», 4) «Запиши одним словом».	Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе» (1 упр., стр. 76); Языканова. «Развивающие задания» (упр. 2-4., стр. 30,32,33)	40 мин.
9	Закономерности. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Найди пропущенные числа», 2) «Проведи аналогию».	Е.В. Языканова «Развивающие задания». С.33, 33	40 мин.
10	Гибкость мышления. Устойчивость внимания.	Упражнения: 1) «Развитие быстроты реакции», 2) Логические поисковые задания», 3) «Восстанови рисунок по коду».	О. Холодова. «Юным умникам и умницам» (1-2 упр., стр. 45); Языканова. «Развивающие задания» (упр. 3, стр. 51)	40 мин.
11	Закономерности. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Найди лишнее слово», 2) Какой фигуры не хватает», 3) «Из двух слов составь одно», 4) «Проведи аналогию».	Е.В.Языканова. «Развивающие задания». С.45-47	40 мин.
12	Закономерности. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Восстанови слова», 2) Найди лишнее слово», 3) «Анаграммы»,	Е.В.Языканова. «Развивающие задания». С.52-53	40 мин.



**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

		4) «Какой фигуры не хватает».		
13	Устойчивость внимания. Закономерности.	Упражнения: 1) «Найди слова в строчках», 2) «Восстанови слова», 3) «Продолжи числовой ряд», 4) «Какой фигуры не хватает».	Е.В. Языканова. «Развивающие задания». С. 55-56	40 мин.
14	Закономерности. Вербальное мышление.	Упражнения: 1) «Восстанови слова», 2) «Какой фигуры не хватает», 3) «Выбери два главных слова», 4) «Составь анаграмму».	Е.В. Языканова. «Развивающие задания». С.58-59	40 мин.
15	Устойчивость внимания. Закономерности.	Упражнения: 1) «Расшифруй», 2) «Из двух слов составь одно», 3) «Расставь знаки», 4) «Какой фигуры не хватает».	Е.В.Языканова. Развивающие задания. С. 61-62	40 мин.
17	Вербальное мышление. Умозаключение.	Упражнения: 1) «Восстанови пословицы по антонимам», 2) «Переделай предложения», 3) «Учись решать, стараясь рассуждать».	О. Холодова. Юным умникам и умницам. С. 54, 56	40 мин.
18	Пространственные представления. Умозаключения.	Упражнения: 1) «Какая из фигур дополняет колесо», 2) «Учись решать, стараясь рассуждать».	О. Холодова. «Юным умникам и умницам». С. 57,59.	40 мин.
19	Гибкость мышления. Закономерности.	Упражнения: 1) «Вставь недостающее число», 2) «Найди лишнее слово», 3) «Составь анаграмму», 4) «Какой фигуры не хватает».	Е.В.Языканова. «Развивающие задания». С. 64, 66	40 мин.
20	Устойчивость внимания. Умозаключение.	Упражнения: 1) «Восстанови рисунок по коду», 2) «Пойми закономерность», 3)	Е.В.Языканова. «Развивающие задания» (стр. 75); О. Холодова. «Юным умникам и умницам». С. 61-62	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

		«Учись решать, стараясь рассуждать».		
<b>III</b>	<b>Учись владеть собой</b>			
21	Нужно ли управлять своими эмоциями? Самоконтроль.	Сказка «Емелино настроение», тест.	Я – подросток (авт. А.В. Микляева). С. 23 Безруких М.М. Учись владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс С. 6	40 мин.
22	Какие чувства мы скрываем?	Упражнение «Айсберг».	Я – подросток (авт. А.В. Микляева). С. 29	40 мин.
23	Как я выражаю свои чувства? Способы выражения чувств.	Схема выражения чувств.	Я – подросток (авт. А.В. Микляева). С. 23	40 мин.
24	Как простить обиду? Как справиться со злостью?	Упражнения: «Геометрия обиды», «Письмо обидчику».	Я – подросток (авт. А.В. Микляева). С. 48-49	40 мин.
25	Как преодолеть лень? Как себя заинтересовать?	Медитация «Центр воли».	Программа психологического игротренинга «Школа взросления»	40 мин.
<b>IV</b>	<b>Я в мире людей</b>			
27	А что обо мне подумают? Страх оценки.	Рефлексия ситуаций из жизни.	Микляева А.В. Я – подросток. С. 42	40 мин.
28	Как вести себя с незнакомым человеком?	Упражнение «Портрет человека, которому нельзя доверять».	Безруких М.М. Учись владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс. С. 18	40 мин.
29	Секреты сотрудничества.	Упражнения: 1) «Выпиши качества, которые необходимы человеку для успешного взаимодействия», 2) «Ситуации», 3) «Ответь на вопросы».	Безруких М.М. Учись владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс. С. 21-24	40 мин.
30	Что такое эмпатия? Зачем мне нужна эмпатия?	Стихотворение Ю. Саакяна «Горе козла», тест.	Микляева А.В. Я – подросток. С. 51	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

**8 класс**

<b>№</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Практикум</b>	<b>Используемый ресурс</b>	<b>Кол-во час.</b>
<b>I</b>	<b>Каков я на самом деле?</b>			
1	Я – человек и я – личность.	Игра «Мы похожи. Мы разные».	Программа психологического игротренинга «Школа взросления»	40 мин.
2	Я–физическое. Я-внешность. Самооценка.	Сказка «Роза и ромашка».	Хухлаева О.В. Лабиринт души. С. 18	40 мин.
3	Я– характер. Я– поведение.	Опросник «Какой у меня характер?».	Личностное становление подростка./ под авт. О.А. Ещериной. С. 19	40 мин.
4	Мои достоинства и недостатки.	Сказка «Гусеница-крапивница».	Хухлаева О.В. Лабиринт души. С. 61	40 мин.
5	Я в учебе.	Упражнение «Мои успехи и трудности в учебе».		40 мин.
6	Я в общении.	Анкета «Каким ты выглядишь в глазах других».	Тренинги с подростками. / под авт. Ю.А. Голубевой. С. 87	40 мин.
7	Я-прошлое. Я-настоящее	Упражнение «Мои я в прошлом и настоящем».		40 мин.
<b>II</b>	<b>Учусь учиться</b>			
8	Тренировка восприятия и внимания.	Тренировка зрительной памяти	<a href="https://tu-tu.club/memory/1/">https://tu-tu.club/memory/1/</a> Тренировка памяти (Яндекс игры)	40 мин.
9	Тренировка восприятия и внимания.	Скрытая камера.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 28	40 мин.
10	Тренировка восприятия и внимания.	Три круга внимания.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 28	40 мин.
11	Тренировка памяти.	Матрицы памяти	<a href="https://brainapps.ru/game/play/MemoryMatrix">https://brainapps.ru/game/play/MemoryMatrix</a>	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

12	Понимание слова.	Формулирование определений.	<a href="https://moluch.ru/young/archive/4/394/">https://moluch.ru/young/archive/4/394/</a> Е.И. Рогов, С. 363	40 мин.
13	Понимание предложений.	Логическая структура высказываний	<a href="https://fil.wikireading.ru/16">https://fil.wikireading.ru/16</a>	40 мин.
14	Проба умственных сил.	Назови отношения в каждой паре	Рогов, С. 368	40 мин.
15	Понимание текста.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти	40 мин.
16	Понимание текста.	Сокращение рассказа.	Т.Н. Соколова, 2 часть. С. 21, 32	40 мин.
17	Способы запоминания.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти	40 мин.
18	Понимание причинности.	Логика установления причинно-следственных связей.	<a href="https://spravochnick.ru/logika/logika_ustanovlenie_prichinnyh_svyazej/">https://spravochnick.ru/logika/logika_ustanovlenie_prichinnyh_svyazej/</a>	40 мин.
19	Проба умственных сил.	Обобщения и ограничения. Сравнение понятий.	Е.И Рогов. С. 367	40 мин.
20	Понимание науки.	Составление систем понятий	Е.И. Рогов. С. 359	40 мин.
<b>III</b>	<b>Я в общении</b>			
21	Общение – обмен информацией и эмоциями.	Беседа по фотографиям и картинками из интернета.	<a href="http://npsyj.ru/articles/detail.php?article=5881">http://npsyj.ru/articles/detail.php?article=5881</a>	40 мин.
22	Проблемы в общении.	Тест «Какой я в общении».	Программа психологического игротренинга «Школа взросления»	40 мин.
23	Как лучше подать информацию? Как лучше понять информацию.	Анкета «Умее ли вы слушать?»	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности С. 115	40 мин.
24	Что такое конфликт?	Практическая работа «Конфликтогены».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности С. 146	40 мин.
25	Мои чувства в конфликте. Поведение в конфликте.	Тест «Самооценка конфликтности»; тест «Тактика поведения в конфликте».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 147	40 мин.
<b>IV</b>	<b>Важные навыки жизни</b>			

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

26	Что такое уверенность в себе? Чем уверенность отличается от самоуверенности?	Упражнение «Разборка имени».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 193	40 мин.
27	Уверенное выступление.	Мини-тренинг «Гимнастика для лица».	А.Г. Грецов. Лучшие упражнения для развития саморегуляции	40 мин.
28	Самоконтроль.	Упражнение «Психологическое время».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 214	40 мин.
29	Преодоление стрессов.	Упражнение «Двойные каракули».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 230	40 мин.
30	Движение к целям.	Упражнение «Ресурсы».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 265	40 мин.

**9 класс**

№	Тема занятия	Практикум	Используемый ресурс	Кол-во час.
<b>I</b>	<b>Заглядывая в будущее</b>			
1	Самоопределение. Я в этом мире.	Упражнение «Я в этом мире».	Г.К. Селевко. Найди себя. С. 8	40 мин.
2	Ступени к взрослости.	Схема «По ступеням взросления».	Г.К. Селевко. Найди себя». С. 47	40 мин.
3	Дорога труда.	Упражнение «Труд для меня».	Г.К. Селевко. Найди себя	40 мин.
4	Мир профессий.	Таблица «Классификация профессий».	Г.К. Селевко. Найди себя. С. 15	40 мин.
5	Легкая и пищевая промышленность.	Список профессий и специальностей.	<a href="https://postupi.online/professii/razdel-tehnologii-legkoj-i-pischevoj-promyshlennosti/">https://postupi.online/professii/razdel-tehnologii-legkoj-i-pischevoj-promyshlennosti/</a>	40 мин.
6	Металлообработка. Деревообработка.	Список профессий и специальностей.	<a href="https://www.enerteh.ru/about/news/professii-v-oblasti-derevoobrabotki/">https://www.enerteh.ru/about/news/professii-v-oblasti-derevoobrabotki/</a> <a href="https://edunews.ru/professii/obzor/tehnicheckie/obrabotka-metalla.html">https://edunews.ru/professii/obzor/tehnicheckie/obrabotka-metalla.html</a>	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

7	Электро- и радиотехника.	Список профессий и специальностей.	<a href="https://postupi.online/professii/razdel-elektronika-svyaz-i-radiotehnika/">https://postupi.online/professii/razdel-elektronika-svyaz-i-radiotehnika/</a>	40 мин.
8	Строительство.	Список профессий и специальностей.	<a href="https://postupi.online/professii/razdel-stroitelstvo-arhitektura-i-nedvizhimost/">https://postupi.online/professii/razdel-stroitelstvo-arhitektura-i-nedvizhimost/</a>	40 мин.
<b>II</b>	<b>Учусь учиться</b>			
9	Для чего я учусь?	Анкета для изучения мотивации подростка.	Г.К. Селевко. Научи себя учиться. С. 22	40 мин.
10	Для чего я учусь?	Игра «Суд над учебой».	<a href="https://infourok.ru/for-mirovanie-uchebnoy-motivacii-igri-treningi-uprazhneniya-dlya-shkolnikov-2350668.html">https://infourok.ru/for-mirovanie-uchebnoy-motivacii-igri-treningi-uprazhneniya-dlya-shkolnikov-2350668.html</a>	40 мин.
11	Как я могу познать?	Анкета «Общеучебные умения и навыки».	Г.К. Селевко. Научи себя учиться. С. 8	40 мин.
12	Как развивать ум?	Тест на логичность мышления.	Г.К. Селевко. Научи себя учиться. С. 92	40 мин.
13	Тренируем внимание и память.	Упражнения: «Кодировка», «Найди ошибки в задаче», «Вычеркни и прочитай».	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 46, 50	40 мин.
14	Тренируем внимание и память.	Упражнение «Корректурная проба»; Методика Курочкина.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 69, 42	40 мин.
15	Тренируем внимание и память.	Упражнение «Корректор»; Методика «Запомни и расставь точки».	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 37,76	40 мин.
16	Тренируем память, развиваем речь.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 56	40 мин.
17	Тренируем память, развиваем речь.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 58	40 мин.
18	Тренируем память, развиваем речь.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 59	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

19	Тренируем память, развиваем речь.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 61	40 мин.
20	Тренируем память, развиваем речь.	Внимательное чтение текста.	Сборник упражнений для развития внимания и памяти. С. 64	40 мин.
<b>III</b>	<b>Важные навыки жизни</b>			
21	Уверенность на экзамене. Мотивация.	Игра «Дартс».	Тренинги с подростками. / под авт. Ю.А. Голубевой. Стр. 42	40 мин.
22	Навыки общения.	Упражнение «Мое общение».	Тренинги с подростками. / под авт. Ю.А. Голубевой. С. 123	40 мин.
23	Преодоление барьеров в общении.	Упражнение «Ситуации».	Тренинги с подростками./ под авт. Ю.А. Голубевой. С. 123	40 мин.
24	Уверенность в отношениях.	Упражнение «Три способа поведения».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 242	40 мин.
25	Решение конфликтов.	Упражнение «Покажи ситуацию».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности С. 252	40 мин.
26	Противостояние влиянию.	Упражнение «Заезженная пластинка».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности С. 254	40 мин.
<b>IV</b>	<b>Рефлексия</b>			
27	Что я знаю о себе? Мир моих чувств. Мои страхи и сомнения.	Я – это Я. Медитация.	Тренинги с подростками./ под авт. Ю.А. Голубевой. С. 94	40 мин.
28	Мои достоинства. Мои ценности.	Упражнение «Рекомендация».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 209	40 мин.
29	Мое прошлое, мое настоящее, мое будущее.	Упражнение «Мое детство».	Тренинги с подростками. / под авт. Ю.А. Голубевой. С. 146	40 мин.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

30	Мои мечты, мои цели.	Упражнение «Лестница достижений».	А.Г. Грецов. Тренинги развития личности. С. 265	40 мин.
----	----------------------	--------------------------------------	--	---------

**8. Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы**

**Требования к специалистам:**

Специалисты, осуществляющие реализацию данной программы, должны:

- иметь высшее психологическое образование и быть компетентными в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)» (ссылка: [https://sh-suzhinskaya-r81.gosweb.gosuslugi.ru/netcat\\_files/32/315/Profstandart Pedagog psiholog.pdf](https://sh-suzhinskaya-r81.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/315/Profstandart_Pedagog_psiholog.pdf))

- иметь удостоверение о повышении квалификации «Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ»;

- применять стандартные методы и приемы наблюдения за нормальным и отклоняющимся психическим и физиологическим развитием детей и обучающихся;

- проводить коррекционно-развивающие занятия с обучающимися и воспитанниками;

- оценивать эффективность коррекционно-развивающей работы в соответствии с выделенными критериями;

- подбирать диагностический инструментарий, адекватный целям исследования и возможностям конкретного обучающегося;

- проводить индивидуальные и групповые консультации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по вопросам обучения, развития, проблемам жизненного самоопределения, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками.



**Перечень учебных и методических материалов, необходимых для  
реализации программы**

**Учебные пособия:**

1. Безруких М.М. Познаю свои способности: 5 класс: рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных организаций / М.М. безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова. – М.: Вентана-Граф, 2015. – 56 с. : ил. – (Все цвета кроме черного).
2. Безруких М.М. Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс: рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных организаций / М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова. – М.: Вентана-Граф, 2014. – 48 с. : ил. – (Все цвета кроме черного).
3. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб.: Питер, 2012. – 416 с.: ил.
4. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6 класс) / С.В. Кривцова, Д.В. Рязанова, О.И. Еронова, Е.А. Пояркова; Под ред. С.В. Кривцовой. - М.: Генезис, 2012. – 336 с.
5. Лабиринт души. Терапевтические сказки (под редакцией О. В. Хухлаевой, О. Е. Хухлаева). Издательство «Академический проект», 2020 г.
6. Личностное становление подростка. 8-9 классы: классные часы, родительские собрания / авт.-сост. О.А. Ещеркина. – Волгоград: Учитель, 2008. – 172 с.
7. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы). Издательство «Ось-89». Москва, 2000 г.
8. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 4 класс/сост. Е.В. Языканова. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательство «Экзамен», 2012. – 126 с.
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999. — Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. — 480 с: ил

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

10. Савина О.О., Смирнова О.М. Сборник упражнений для развития внимания и памяти. – М.: УЦ «Перспектива», 2014. – 96 с.
11. Селевко Г.К. Найди свой путь: Учебное пособие для предпрофильной обучения. М.: Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006. 112 с.
12. Селевко Г.К. Познай себя. Изд. 2-е, стереотипное. М.: народное образование, НИИ школьных технологий, 2009. 96 с.
13. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий / авт.-сост. Ю.А. Голубева (и др.). – Волгоград: Учитель, 2014. – 206 с.
14. Холодова О.А. Юным умникам и умницам: Задания по развитию познавательных способностей (8-9) лет: рабочие тетради: В 2-х частях. – 5-е изд., перераб. – М.: Росткнига, 2010. – 64 с.
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). – 4-е изд. М. Генезис, 2012
16. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Маленький принц и его роза. Терапевтические сказки

**Интернет-ресурсы:**

1. Сайт «Педагогическое сообщество. Урок. РФ» - <https://urok.pf/library/zanyatiya>
2. Сайт «Поступи онлайн» - <https://postupi.online/professii/razdel-tehnologii-legkoj-i->
3. Сайт «Инфоурок» - <https://infourok.ru/formirovanie-uchebnoy-motivacii-igri-treningi-uprazhneniya-dlya-shkolnikov-2350668.html>
4. Сайт «Логик лайт» - <https://logiclike.com/2.0/cabinet/dashboard/logic>
5. Сайт «BrainApps.ru» - <https://brainapps.ru/games>
6. Детский развлекательно-познавательный сайт веселого паровозика Ту-Ту - <https://tu-tu.club/memory/1/>
7. Яндекс игры (обучающие) - <https://yandex.ru/games/category/educational>

### **Требования к материально-технической оснащённости организации для реализации программы**

Организация коррекционных занятий по программе не требует специальных условий. Занятия могут проходить как в кабинете педагога-психолога, так и на дому у ученика.

Возможно также применение дистанционной формы проведения занятий. Для работы в дистанционном режиме необходимо наличие технического оборудования как у психолога, так и у обучающегося, куда входит либо ноутбук, либо стационарный компьютер с колонками при подключении к камере с микрофоном. Обязательное требование – высокоскоростной интернет. Проведение занятий предусмотрено с использованием мультимедийных презентаций.

### **Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы**

Для реализации программы необходимы:

- Доступ в Интернет;
- Компьютер/ноутбук, мультимедийный проектор, экран;
- Библиотека методических пособий, дидактических материалов в соответствии с перечнем учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы

### **9. Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы**

**Ответственность педагогов:**

- за реализацию программы работы с обучающимися;
- за своевременное и качественное проведение занятий;
- за сохранение жизни и здоровья, обучающихся во время образовательного процесса;
- за надлежащее состояние оборудования.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

**Права педагогов:**

- на выбор использования методики обучения и методических пособий, учебных пособий и материалов, методов оценки обучающихся;
- защиту своей профессиональной чести и достоинства.

**Обязанности педагогов:**

- учитывать психофизиологических особенностей обучающихся;
- проводить занятия опираясь на достижения в области педагогической и психологической наук, современных информационных технологий;
- соблюдать права и свободу обучающихся;
- поддерживать учебную дисциплину, режим занятий;
- осуществлять связь с родителями;
- избегать причинения вреда участникам программы.

**Ответственность учащихся:**

- за посещение развивающих занятий;
- за совершение действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы.

**Права учащихся:**

- уважение человеческого достоинства;
- гарантированная охрана и укрепление психологического здоровья.

**Обязанности учащихся:**

- добросовестно посещать занятия;
- уважать честь и достоинство других участников программы.

**Ответственность родителей:**

- за соблюдение полученных рекомендаций в рамках коррекционного-развивающего маршрута.

**Права родителей:**

- получать квалифицированное психологическое консультирование по проблемам их детей, связанных с компетенцией специалиста

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

**Обязанности родителей:**

- Информировать педагога – психолога изменениях психического/психологического состояния и состояния здоровья детей, участвующих в реализации данной программы.

**10. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав ее участников**

Основным способом, обеспечивающим гарантию прав участников программы, является соблюдение Конституции РФ, Конвенции о правах ребенка; Федерального закона «Об образовании в РФ»; Этического кодекса практического психолога.

**11. Ожидаемые результаты реализации программы**

	<b>Личностные</b>	<b>Регулятивные</b>	<b>Познавательные</b>
5 класс	Стремление к изучению своих возможностей и способностей; повышение внутренней учебной мотивации; укрепление позитивной Я-концепции (самоопределение).	Умение определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения (самоконтроль)	Выделять общий признак двух или нескольких предметов, или явлений объяснять их сходство; выделять явление из общего ряда явлений.
6 класс	Умение различать и описывать различные эмоциональные состояния (самоопределение); повышение академической успеваемости (смыслообразование).	Умение справляться с негативными эмоциями (саморегуляция); оценивать свою деятельность, анализируя и аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата (самооценивание).	Выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчинённых ему слов; строить рассуждения от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

7 класс	Умение выстраивать оптимальные отношения со сверстниками и со взрослыми (социальные роли); гармонизация эмоциональной сферы; гармония Я-реального и Я-идеального. (самоопределение)	Умение демонстрировать приемы регуляции собственных психофизиологических/эмоциональных состояний (самоконтроль)	Находить в тексте требуемую информацию.; устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов.
8 класс	Умение отстаивать свою позицию в коллективе, выстраивать бесконфликтные отношения с окружающими социально-личностное развитие (социальные роли); повышение самосознания (самоопределение).	Умение обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов (прогнозирование).	Обозначать символом или знаком предмет и/или явление; строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения.
9 класс	Умение адекватно вести себя в различных ситуациях; осмысление жизни, подготовка к взрослой жизни; профессиональная ориентация.	Умение фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов (самооценивание)	Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.

**Конечные ожидаемые личностные результаты**

<b>Л2</b>	формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и к самообразованию на основе мотивации к обучению
<b>Л4</b>	формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку
<b>Л 5,6,7</b>	формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками

## **12. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Осуществление внутреннего контроля за реализацией программы происходит посредством проведения следующих мероприятий:

- Проведение психолого-педагогического консилиума.
- Систематический административный контроль ведения рабочей документации специалистов (графиков работы, календарно-тематического планирования, журнала проведения занятий, проверка посещаемости);
- Обратная связь с родителями.

## **13. Критерии оценки достижения планируемых результатов: качественные и количественные**

Качественными критериями оценки достижения планируемых результатов программы являются:

- гармонизация эмоциональной сферы, снижение учебной тревоги;
- умение контролировать эмоции, снижение агрессивности и импульсивности;
- повышение активности и сознательности в учебной деятельности, умение ответственно выполнять учебные задания;
- положительная динамика в успеваемости;
- умение выстраивать оптимальные отношения со сверстниками и со взрослыми;
- демонстрация сознательной дисциплины.

Количественными критериями оценки достижения планируемых результатов программы являются:

- положительная динамика в развитии как отдельных параметров саморегуляции, так показателя в целом;
- положительная динамика эмоционального отношения к учению и учебной мотивации;

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

- положительная динамика качеств личности ответственности и самоконтроля, измеряемых как факторов личности нормативность и самоконтроль поведения.

**14. Сведения о практической апробации программы на базе организации: место и срок апробации, количество участников**

Программа внедрена с 2018-2019 учебного года и прошла апробацию на базе муниципального автономного образовательного учреждение «Школа № 85» г. Оренбурга.

В течение 2022-2023 и 2023-2024 гг. проведен формирующий эксперимент для проверки эффективности представленной программы. Категория испытуемых – обучающиеся 7 классов, имеющие справку ПМПК с диагнозом – задержка психического развития с рекомендацией обучения по адаптированной программе 7.1; общий объем выборки (N) – 14 человек.

Экспериментальная группа (ЭГ): в экспериментальную группу (ЭГ) вошли обучающиеся 7 класса, прошедшие двухгодичное обучение обязательного коррекционного курса в рамках внеурочной деятельности; объем выборки (N1) – 8 человек, 6 мальчиков, 2 девочки, в возрасте 13 лет. Успеваемость у всех ребят удовлетворительная.

Контрольная группа (КГ): в контрольную группу (КГ) вошли 6 человек (3 мальчика, 3 девочки), которые не посещали коррекционные занятия.

**15. Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы.**

Эффективность программы оценивалась на основе динамического исследования саморегуляции как фактора устойчивости психики по отношению к деструктивным внешним воздействиям, мотивации как показателя учебной дисциплинированности и личностных (волевых) качеств



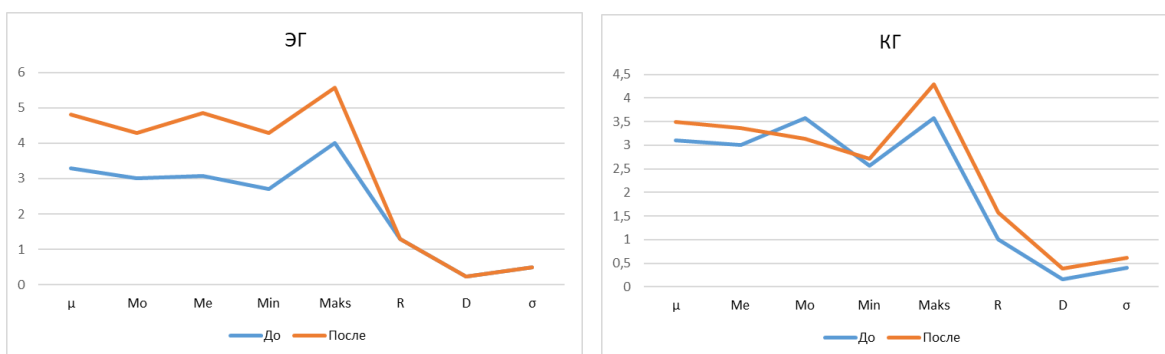
**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

ответственности и самоконтроля поведения, обуславливающих качество эмоционально-поведенческих структур личности.

Констатирующий эксперимент был направлен на выявление способности к саморегуляции и личностных характеристик подростков, которые определяют девиантное поведение. В программу констатирующего эксперимента вошли диагностические процедуры на изучение всех отслеживаемых феноменов.

Промежуточная оценка эффективности программы была предпринята в сентябре 2023 года. Были протестированы обучающиеся 7 классов, которые в 2021 году получили заключение ПМПК.

**Динамическое исследование развития саморегуляции**



Среднее арифметическое, медиана и мода в контрольной группе по итогам формирующего эксперимента значительно выше соответствующих показателей констатирующего эксперимента. В контрольной группе показатели на выходе также увеличены, но не столь значительно, как в экспериментальной группе. Таким образом, можно предполагать, формирующий эксперимент оказал воздействие на развитие саморегуляции подростков.

В экспериментальной группе крайние значения по измерениям саморегуляции значительно выше на этапе проведения промежуточной диагностики, однако величина размаха (амплитуда колебания) абсолютно одинаковая. В контрольной группе амплитуда колебаний по итогам формирующего эксперимента выше по сравнению с показателем

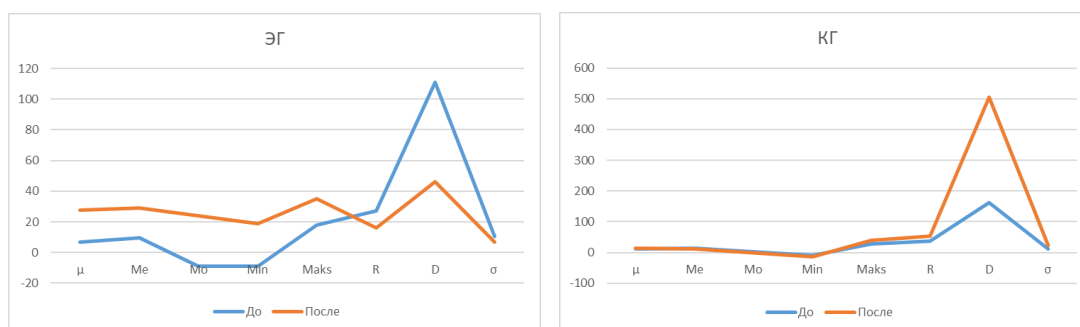
Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»

констатирующего эксперимента при незначительных различиях крайних значений. Следовательно, можно предполагать, что различия значений в ЭГ и КГ не случайны.

Дисперсия и стандартное отклонение по показателям саморегуляции в экспериментальной группе после проведения двух лет программы курса несколько выше, что говорит о большом разбросе данных, то есть эффективность занятий для обучающихся с ОВЗ была неодинаковой. В контрольной группе значения дисперсии и стандартного отклонения в 7 классе значительно выше соответствующих значений в 5 классе, то есть выборка контрольной группы более неоднородна.

Таким образом, можно предполагать, что проведение занятий по программе «Ступени развития» имело значение для развития саморегуляции подростков с ЗПР.

Динамическое исследование учебной мотивации



Величина размаха в экспериментальной группе по крайним значениям измерения учебной мотивации в 7 классе на много ниже значения R в 5 классе, что говорит о более высокой однородности группы после формирующего эксперимента. Весьма различны крайние значения при замерах в 5 и 7 классах. В 5 классе минимальное значение соответствует показателю «негативное отношение к учению, дезадаптация», а в 7 классе оно указывает на средний уровень учебной мотивации. Максимальное значение в 5 классе достигает среднего уровня развития учебной мотивации, а в 7 классе – высокого уровня учебной мотивации. В контрольной группе минимальные значения близки при обоих замерах, максимальные значения более различны. Величина амплитуды

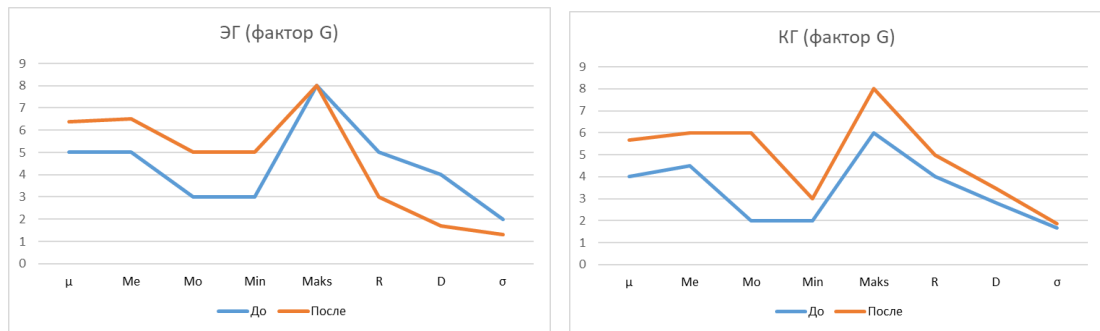
**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

колебания в 7 классе значительно выше амплитуды в 5 классе и более, чем в 3 раза выше показателя R в экспериментальной группе.

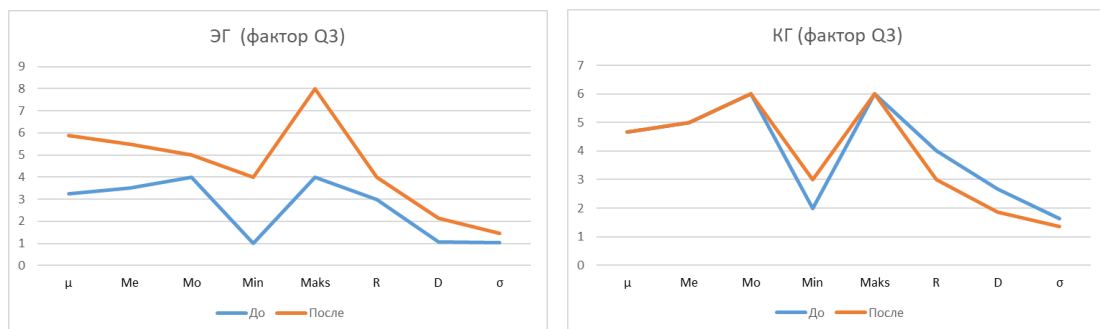
Дисперсия и стандартное отклонение по показателям учебной мотивации в экспериментальной группе после формирующего эксперимента значительно ниже измерений в 5 классе, что доказывает однородность группы. Аналогичные показатели в контрольной группе после прохождения коррекционных занятий напротив выше значений, полученных при входной диагностике.

Следовательно, мы имеем доказательства влияния коррекционных занятий на развитие учебной мотивации подростков с ЗПР.

**Динамическое исследование ответственности**



**Динамическое исследование самоконтроля**



В значениях среднего арифметического и медианы по фактору G (нормативность поведения) как в экспериментальной, так и в контрольной группах прослеживается приблизительно одинаковый рост за два года наблюдения. А значение Mo по фактору G в контрольной группе более увеличено за период наблюдения, чем в экспериментальной группе. Результаты наблюдений за феноменом «Самоконтроль поведения» (фактор

Q3) немного отличаются. В экспериментальной группе динамика более положительная, нежели в контрольной группе по всем трем оценкам центральной тенденции.

В экспериментальной группе по факторам «Нормативность» и «Самоконтроль» увеличены минимальные значения по выборке по итогам формирующего эксперимента. Максимальное значение увеличено по фактору Q3, а в контрольной группе данный показатель имеет отрицательную динамику. Величина размаха по фактору «Нормативность» в экспериментальной группе в 7 классе меньше, чем соответствующий показатель в 5 классе, а по фактору «Самоконтроль» величина размаха напротив увеличилась. В контрольной группе по фактору «Нормативность» наблюдается увеличение размаха, а по фактору «Самоконтроль» уменьшение. Таким образом, однородность экспериментальной группы после формирующего эксперимента по фактору G выше, чем при измерении в 5 классе, а в контрольной группе однородность выше в 7 классе по фактору Q3.

Значения дисперсии и стандартного отклонения в экспериментальной группе в 7 классе значительно ниже соответствующих значений в 5 классе, а в контрольной группе не наблюдается значительных различий при сравнении значений в 5 и 7 классах.

Таким образом, есть основания полагать, что динамика развития нормативности и самоконтроля поведения у подростков с ЗПР обусловлена посещением коррекционных занятий.

## **16. Подтверждение соблюдения правил заимствования.**

Программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий для обучающихся 5-9 классов с задержкой психического развития «Ступени развития» является авторской, при создании данной программы соблюдены все правила заимствования.

## 17. Список литературы

1. Безруких М.М. Познаю свои способности: 5 класс: рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных организаций / М.М. безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова. – М.: Вентана-Граф, 2015. – 56 с. : ил. – (Все цвета кроме черного).
2. Безруких М.М. Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс: рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных организаций / М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова. – М.: Вентана-Граф, 2014. – 48 с. : ил. – (Все цвета кроме черного).
3. Вильшанская А.Д. Дефектологическое сопровождение учащихся с задержкой психического развития в условиях системы коррекционно-развивающего обучения // Дефектология. 2007. №2. С. 50-57.
4. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб.: Питер, 2012. – 416 с.: ил.
5. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6 класс) / С.В. Кривцова, Д.В. Рязанова, О.И. Еронова, Е.А. Пояркова; Под ред. С.В. Кривцовой. - М.: Генезис, 2012. – 336 с.
6. Лабиринт души. Терапевтические сказки (под редакцией О. В. Хухлаевой, О. Е. Хухлаева). Издательство «Академический проект», 2020 г.
7. Личностное становление подростка. 8-9 классы: классные часы, родительские собрания / авт.-сост. О.А. Ещеркина. – Волгоград: Учитель, 2008. – 172 с.
8. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы). Издательство «Ось-89». Москва, 2000 г.
9. Максимова Е.Ю. Задержка психического развития у детей и подростков как фактор девиантного поведения: социально-психологические и философски-педагогические аспекты // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 4А.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

10. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 4 класс/сост. Е.В. Языканова. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательство «Экзамен», 2012. – 126 с.
11. Савина О.О., Смирнова О.М. Сборник упражнений для развития внимания и памяти. – М.: УЦ «Перспектива», 2014. – 96 с.
12. Селевко Г.К. Найди свой путь: Учебное пособие для предпрофильной обучения. М.: Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006. 112 с.
13. Селевко Г.К. Познай себя. Изд. 2-е, стереотипное. М.: народное образование, НИИ школьных технологий, 2009. 96 с.
14. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий / авт.-сост. Ю.А. Голубева (и др.). – Волгоград: Учитель, 2014. – 206 с.
15. Холодова О.А. Юным умникам и умницам: Задания по развитию познавательных способностей (8-9) лет: рабочие тетради: В 2-х частях. – 5-е изд., перераб. – М.: Росткнига, 2010. – 64 с.
16. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). – 4-е изд. М. Генезис, 2012

## Приложение 1

### Упражнения, направленные на развитие саморефлексии

#### Упражнение «Кто я такой? Какой я есть»

(5 класс, раздел «Образ я», занятие 1)

Посмотрите на свою фотографию. Ответьте на вопрос «Кто Я» и запишите ответы в тетрадь.

Труднее ответить на вопрос о себе «Какой я?». В этом вам помогут следующие фразы, продолжите их:

- Я – ученик(ученица) пятого класса, который (которая) ... (назовите ваши анкетные данные) ...
- Мои самые хорошие качества – это ...
- Больше всего в себе мне нравится ...
- Я люблю играть в ...
- Мой любимый школьный предмет ...
- Я люблю читать книги о ...
- Я люблю смотреть фильмы о ...
- Мне нравится музыка ...
- Мое любимое развлечение ...

#### Упражнение «Мир моих чувств»

(6 класс, раздел «Мой внутренний мир», занятие 4)

У всех людей есть множество чувств. Но далеко не все задумываются, почему и зачем эти чувства возникают и что делать, когда чувств много и они сильные. Чувства могут переполнять и захлестывать нас – и тогда возникает

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

ощущение, что с ними невозможно справиться. Кажется, что человек – это маленькая лодка, а чувства - это шторм, несущий лодку, куда ему вздумается.

Наша задача изучить мир чувств как можно шире, чтобы сами решать, куда направлять свою лодку.

1. Составление списка чувств
2. Работа со списком

Подчеркните одной чертой те чувства, которые вы когда-нибудь испытывали. Те чувства, что испытываете редко, подчеркните двумя чертами.

Те чувства, которые вам бы хотелось испытывать как можно чаще, обведите в кружочек. А те, которые не хотелось бы испытывать никогда, зачеркните.

Существуют предпочитаемые чувства, которые хотят испытывать все, и отвергаемые – их мало кто хочет переживать.

*Упражнение «А что обо мне подумают?»*

(7 класс, раздел «Я в мире людей, занятие 27)

В каких ситуациях людей начинает беспокоить вопрос: «А что они обо мне подумают?». По ходу обсуждения на доске фиксируются наиболее типичные ответы по принципу «Копилки ситуаций».

Что происходит с человеком, когда он попадает в такие ситуации? Что он при этом чувствует? Судя по нашим собственным впечатлениям, человек старается контролировать свои действия, что увеличивает его напряжение, вызывает страх выглядеть смешным и т.д. В результате человек не чувствует себя свободным.



## Приложение 2

### Диагностика сформированности понимания учебной задачи

**Инструкция:** Прочитай внимательно каждое предложение. Продолжи эти высказывания так, что с полученным утверждением ты полностью согласен. Можно предложить различные варианты окончаний.

- 1. Стихотворения следует учить наизусть, чтобы ...*
- 2. На уроках математики я решаю задачи потому, что ...*
- 3. Учитель физкультуры на уроках заставляет делать физические упражнения, чтобы ...*
- 4. На дом задают пересказывать тексты художественных произведений для того, чтобы ...*
- 5. Устный счет нужен для...*
- 6. Правила по русскому языку учить надо потому, что ...*
- 7. На уроках изобразительного искусства я выполняю требования учителя для того, чтобы ...*

#### **Обработка результата**

При анализе ответов выясните: 1) понимает ли ребенок необходимость действия для себя лично; 2) понимает ли смысл действия как учебную задачу.

Если он заканчивает предложения высказываниями типа: чтобы научиться запоминать, думать, грамотно писать и т. д., то смысл учебной задачи ему ясен.

Тест «Исправь ошибки» (7-9 класс)

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

Исправь все пунктуационные и орфографические ошибки. Запиши текст с правильной пунктуацией и орфографией. Графически объясни верную пунктуацию.

**В лесной глуши**

Я люблю северный лес за торжественную тишину которая царит в нем. Особено хорошо в густом ельнике где нибудь на дне глубокого лога.

Между древесными стволами обросшими в течении десятилетий седым мхом и узорчатыми лишаями кое где проглядывают клочья неба.<sup>4</sup> Свесившиеся лапчатые ветви деревьев кажутся какими то гиганскими руками. Фантастический характер предают картине леса громадные папоротники, которые тапорщатся перистыми листьями. Мягкий желтоватый мох скрадывает малейший звук и вы, точно, идёте по ковру. Прибавте к этому слабое освещение падающие косыми полосами сверху.

**Как то** немного жутко зделается когда прямо с солнципека войдёшь в густую тень вековых елей.

Не смотря на тишину и покой птицы нелюбят такого леса и предпочитают держатся в молодых зараслях.<sup>4</sup> В настоящую лесную глуш забираются только белка да пёстрый дятел. Изредко ухаёт филин, вдалеке над-рывается кукушка.

(По Д.Н. Мамину-Сибиряку.)

(119 слов.)

Критерии оценивания:

25 – 20 найденных ошибок – высокий уровень самоконтроля

19 – 12 найденных ошибок – средний уровень самоконтроля

11 и менее – низкий уровень самоконтроля

**Диагностика понимания прочитанного**

**Начало осени**

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

Сегодня на рассвете одна пышная береза выступила из леса на поляну, как в кринолине, и другая, робкая, худенькая, роняла лист за листиком на темную елку. Вслед за этим, пока рассветало больше и больше, разные деревья мне стали показываться по-разному. Это всегда бывает в начале осени, когда после пышного и общего всем лета начинается большая перемена, и деревья по-разному начинают переживать листопад.

Так ведь и у людей: на радости все похожи друг на друга, и только от горя, в борьбе за лучшее все начинают выступать лично. Если смотреть по-человечески, то осенью лес изображает нам рождение личности.

А как же иначе смотреть? Это мелькнувшее сравнение настроило меня радостно, и весь я собрался и с родственным вниманием оглянулся вокруг себя.

Вот кочка, расчесанная лапками тетеревов. Раньше, бывало, непременно в ямке такой кочки находишь перышко тетерева и глухаря, и если оно рябое, то знаешь, что капалась самка, если черное – петух. Теперь в ямках расчесанных кочек лежат не перышки птиц, а опавшие желтые листики. А то вот старая-престарая сыроежка, огромная, как тарелка, вся красная, и края от старости завернулись вверх, в это блюдо налилась вода, и в блюде плавает желтый листик березы.

*Вопросы к тексту*

- 1) О чем этот текст?
- 2) Какие слова в этом тексте тебе непонятны? Выпиши их.
- 3) Рассказывает ли автор о том, как в разные разные деревья по-разному переживают листопад? Если рассказывает, то в каком месте и как?

**Анализ**

Если ученик может при ответе на 1 вопрос назвать тему текста, не пересказывая содержание, то можно судить о первом уровне ориентирования в тексте – ориентирования на предметном уровне.

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 85»**

Если ученик смог выделить непонятные ему слова из всего множества слов, то это говорит о более высоком ориентировании на предметном уровне.

Если же ученик смог дать ответ и на 3 вопрос, то тогда можно судить об умении ориентироваться в информационном пространстве текста.