

Муниципальное образование город Краснодар  
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар гимназия № 44  
имени Михаила Тальского

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от 30.08.2021 года протокол № 1  
Председатель Н. В. Земкова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**VIII вида**  
коррекционно-развивающих занятий  
с учащимся 6 класса

на 2022-2023 учебный год

Разработчик программы:  
педагог-психолог  
МАОУ Гимназии №44  
Добровольская Е.А.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

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.

На этой основе заметно выявились тенденции к творческому объединению учителей, воспитателей, медиков, психологов и других специалистов в преобразовании школьной среды, которая бы наилучшим образом учитывала специфику развития ребёнка с умственной недостаточностью, способствовала его успешной интеграции в современное общество.

В этой работе важное место занимает психологическая служба, призванная обеспечить разнообразные формы помощи педагогическому, детскому коллективам, а также индивидуально ребёнку и его семье.

Учитывая, что главной задачей С(К) школы VIII вида является формирование личности ребёнка с интеллектуальным нарушением, в учебный план был включён курс (блок коррекционных технологий) "Психологический практикум" для учащихся 5-11 кл. Это обязательный курс, хотя он и не оценивается привычной школьной отметкой. Психологический практикум является логическим продолжением другого коррекционного курса "Развитие психомоторики и сенсорных процессов" для учащихся 0 - 4 кл. Он, безусловно, не подменяет другие виды работы школьного психолога. Особое место "Психологический практикум" занимает в С(К) школе - интернате, где воспитываются дети - сироты или дети, оставшиеся без попечения родителей.

Воспитательная работа в учреждениях данного типа направлена на формирование коммуникативных навыков у учащихся, но возможности её ограничены. Именно поэтому возникла потребность в сообщении специальных знаний, формировании и развитии умений и навыков, необходимых для успешной реализации процесса общения. Их воспитанники могут получить, изучая курс "Психологический практикум".

Подростковый возраст - последний период пребывания детей, лишённых родительского попечительства, в учреждении интернатного типа. В дальнейшем они вступают в самостоятельную жизнь. Воспитанники часто не готовы к лишению привычных опеки и образа жизни, поэтому вопросы личностной и социальной зрелости выпускников детского дома имеют первостепенное значение.

В подростковом возрасте особенности психического развития воспитанников детского дома проявляются, в первую очередь, в системе их взаимоотношений с окружающими людьми. Уже к 10 - 11 годам у подростков устанавливается отношение к взрослым и сверстникам, основанное на практической полезности, формируется "способность не углубляться в привязанности", поверхностность чувств, моральное иждивенчество (привычка жить по указке), осложнения в становлении самосознания.

Для всех воспитанников детских домов характерны искажения в общении со взрослыми. С одной стороны, у детей обострена потребность во внимании и доброжелательности взрослого, в человеческом тепле, ласке, положительных эмоциональных контактах. С другой - неудовлетворённость этой потребности: малое количество обращений взрослого к ребёнку. В этих контактах взрослого с ребёнком, как правило, в меньшей степени проявляется их эмоциональная заинтересованность, стремление к установлению близких личностных связей. В основном они направлены на регламентацию поведения.

Именно поэтому "Психологический практикум" направлен на социализацию личности подростка, его реабилитацию средствами образования с целью профилактики, преодоления отклонения в аномальном развитии, а также расширении границ образования за счёт социально - ориентированных программ, доступных для усвоения школьнику с умственной недостаточностью.

Основные задачи "Психологического практикума" следующие:

- Формирование у старших школьников самосознания, представлений о себе как человеке.
- Расширение репертуара осознания себя как личности и способов самовыражения.
- Умение понимать собственные чувства, действия, правильно их оценивать и соотносить с

поведением окружающих людей.

- Коррекция когнитивных и эмоциональных процессов, развитие приёмов саморегуляции в системе "Я - окружающая среда".

Таким образом, основная задача психолога сводится к формированию у подростка не исполнительской деятельности, а сотрудничества, социального окружения. Достичь этой цели возможно за счёт активного включения учащихся в психологические упражнения, игры, беседы и т. д. При организации занятий следует избегать формы урока, оценок, принятых при обучении образовательным предметам. Взаимодействуя с детьми, психолог должен накапливать информацию, перепроверять её в других (модифицированных) условиях, чтобы иметь объективные данные для того или иного заключения, необходимого ему для индивидуальной работы, а также консультирования членов семьи и педагогов.

Практикум по учебному плану рассчитан на 1 час в неделю в 5 – 9 кл. и проводится в форме групповых занятий, количество участников не более 10-12 человек. Программа является примерной, психолог вправе дополнять темы, увеличивать или уменьшать количество часов на те или иные разделы, однако крайне важно быть компетентным не только в психологических проблемах, вынесенных в содержание программы, но и в специальных вопросах, касающихся психологии и педагогики детей с умственной недостаточностью. Следует помнить о том, что каждое занятие должно быть тщательно подготовлено и оборудовано в соответствии с основными принципами коррекционной работы во вспомогательной школе: наглядностью, образностью, доступностью и др.

При организации практикума следует опираться на житейский опыт учащихся, на знания из таких предметных областей как этика, история, биология, домоводство и др. Опора на имеющиеся знания позволяют преодолевать трудности в понимании учащимися сложных психологических явлений.

Психологический практикум не является предметной дисциплиной, поэтому особенно важно создавать в общении с учащимися атмосферу доверия, открытости, доброжелательности, так, чтобы каждое общение с психологом являлось уроком для жизни.

При составлении данной программы использованы "Некоторые рекомендации по совершенствованию учебного плана специальной школы. Программа уроков, занятий по курсу "Психологический практикум" (автор - И.М. Бгажнокова), пособие "Обучение жизненно важным навыкам в школе" (авторы Н.П. Майорова, Е.Е. Чепурных, С.М. Шурухт) и др. специальная литература.

## **5 класс (34 часа)**

### ***Раздел "Введение" (16 часов)***

*Познавательные беседы:*

- Как появился человек на земле.
- Какие животные похожи на человека, где они обитают.
- Думают ли животные.
- Чем отличается человек от животного.
- Как и почему человек видит, слышит, чувствует, думает, говорит, действует.
- Как мы распознаём горе и радость.
- Почему люди бывают плохие и хорошие, как мы об этом судим?
- Кого мы называем другом, товарищем, знакомым.
- Хорошо ли мы знаем себя и своих друзей.
- Что нам снится, откуда приходят сны.
- Откуда и как возникает хорошее и плохое настроение.
- Почему возникает страх.
- Мозг и его тайны.
- Психика и мозг человека.
- Что изучает психология, для чего она нужна человеку.
- Давайте знакомиться с собой и друг с другом (рассказ о себе или о друге по плану: внешний вид, здоровье, черты характера, мои привычки, что мне интересно, что я не люблю, что мне хочется во взрослой жизни).

*Понятия:* археологи, вожак, инстинкт, органы чувств, горе, радость, поступок, мимика, друг, дружба, товарищ, сон, сновидение, настроение, страх, мозг, психика, наука, психология, внутренний мир, внешний вид, черты характера, привычка

### ***Раздел "Как мы познаём мир" (18 часов)***

*Тема: "Ощущение и восприятия" (6 часов)*

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

*Выводы:*

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

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

*Тема: "Внимание и внимательность" (6 часов)*

Практические занятия и игры по изучению свойств произвольного и непроизвольного внимания: избирательности, сосредоточенности, устойчивости, распределения, переключения. Примеры проявления этих свойств у "внимательных" и невнимательных" учащихся. Индивидуальные особенности внимания.

Упражнения на развитие внимания и анализ ситуаций с проявлением внимательности как свойства личности: "Лабиринт", "Графический диктант", "Корректурная проба", "Что изменилось в рисунках", "Путаница", "Кто воспитаннее" и т. д.

*Обсуждаемые проблемы:*

- Что такое внимание.
- Почему человек допускает ошибки.
- Как правильно сохранить внимание на уроке, в процессе труда в школе и дома.
- Режим внимания.
- В каких случаях от человека требуется особое проявление внимания.

- Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, на транспорте и т. д.
- Какие черты характеризуют невоспитанного человека. Как они проявляются.
- Как люди оценивают человека с плохим вниманием (рассеянный, ненадёжный, бесполезный).
- Можно ли дружить с невнимательным человеком.
- Как стать внимательным.

*Понятия:* внимание, свойства внимания, внимательный и невнимательный человек

#### Тема: "Запоминай и помни" (6 часов)

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

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

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

#### *Обсуждаемые проблемы:*

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

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

## **6 класс (34 часа)**

### **Раздел "Введение" (2 часа)**

Из чего состоит психологическая жизнь человека;

Познай себя, и ты познаешь жизнь.

*Выводы:* психология - это наука, в которой человек изучает себя, чтобы познать мир.  
Учиться всматриваться, вслушиваться, размышлять.

*Понятия:* психология, внутренний мир, психика

### **Раздел "Как мы познаём мир" (26 часов)**

#### Тема: "Ощущения и восприятия" (2 часа)

Упражнения на развитие ощущений и восприятий различной модальности.

Познавательная беседа: «Как ощутить радость жизни?»

#### *Выводы:*

- ощущения и восприятия можно развивать с помощью специальных упражнений;
- ощущение и восприятие регулируют поведение человека в различных ситуациях.

*Понятия:* ощущения, восприятие, сила этих процессов

#### Тема: "Внимание и внимательность" (5 часов)

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

#### *Выводы:*

- внимание - это порядок мысли (объём внимания);
- умение видеть нужное среди прочего (избирательность внимания).
- важно уметь переключать внимание;
- научишься сосредотачиваться, научишься и вдумываться.

*Понятия:* внимание, объём внимания, избирательность, концентрация, переключение, скорость, внимательность

#### Тема: "Запоминай и помни" (4 часа)

Упражнения на развитие памяти. Закрепление и развитие приёмов запоминания и воспроизведения.

Познавательные беседы: Правила хорошего обращения с памятью. Виды памяти, особенности памяти учащиеся.

*Выводы:*

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

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

### Тема: Качества ума (6 часов)

Упражнения, игры на развитие мышления.

Познавательные беседы:

- красота разума;
- как решать мыслительные задачи
- кто царит в нашей голове
- правила развития ума
- виды мышления, способы мышления, как умом победить силу.

*Выводы:*

- узнавать неизвестное можно разными способами;
- решение задачи - это понимание ее логики;
- в чём суть мышления,
- знание закономерностей экономии мысли,
- знания хорошо закрепляются при самостоятельном применении.

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

### Тема: "Воображение" (2 часа)

Упражнения на развитие воображения.

Познавательные беседы: Правила развития воображения.

*Вывод:* воображение помогает лучше узнавать мир, развивать и открывать себя.

*Понятия:* воображение, творчество

### Тема: "Речь и общение" (7 часов.)

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

Познавательные беседы:

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

*Выводы:* Общение - сложный процесс установления и развития контактов между людьми. Общение необходимо, чтобы устанавливать и поддерживать контакт, отношения, обмениваться информацией, согласовывать деятельность, понимать окружающих. Для этого необходимо научиться продуктивно общаться.

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

## ***Раздел "Познай себя" (6 часов)***

### Тема: "Как и что мы чувствуем" (6 часов)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

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

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

## **7 класс (34 часа)**

### **Раздел «Введение» (2 часа)**

Познавательные беседы:

- История психологии
- Как работают психологи.

*Понятия:* психология, психологи, психотерапевты

### **Раздел "Как мы познаём мир" (12 часов)**

Тема: "Психологические процессы" (2 часа)

Упражнения на развитие мышления, памяти, воображения, внимания, ощущений и восприятий.

Правила развития основных психологических процессов.

*Выводы:* Человек способен развиваться, изменять себя и окружающий мир.

*Понятия:* ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, воображение

Тема: "Общение" (10 часов)

Познавательные беседы:

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

Упражнения, игровые задания на развитие навыков общения и взаимодействия: "Карлсон сказал", литературный пересказ, "Зеркало и обезьяна", "Компот", "Путаница", "Взаимодействие", "Комplимент" и т. д.

*Выводы:*

- никогда не спешите делать категорические выводы о человеке;
- все люди разные, каждый человек уникален и неповторим;
- никогда не путайте поведение человека и его личность;
- нужно принимать любого человека таким, каков он есть.

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

### **Раздел "Познай себя" (20 часов)**

Тема: "Как и что мы чувствуем" (12 часов)

Познавательные беседы:

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

Упражнения, задания, игровые ситуации на развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями: "Раскрась свои чувства", "Комplимент", "Пульс", "Хоровод", "Пиктограммы", "Лесенка", "Куда уходит злость" и т. д.

*Выводы:*

- эмоциями можно управлять, регулируя их внешнее проявление;
- к людям нужно относиться доброжелательно и уважительно;
- ни в коем случае не стоит выражать свои эмоции в сквернословии.

*Понятия:* эмоции, эмоциональные ситуации, радость, счастье, веселье, грусть, печаль тоска, горе, гнев, страх, совесть, управление эмоциями, трудная ситуация

Тема: "Воля" (4 часа)

Познавательные беседы:

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

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

Обсуждение результатов с самооценкой причин ошибок, повторов, не успеха.

Анализ литературных текстов, событий, раскрывающих волевые действия человека, его дисциплинированность.

*Выводы:*

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

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

Тема: "Характер" (4 часа)

Познавательные беседы:

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

Задания на самооценку с помощью выбора из списка наиболее часто встречающихся черт характера (не более 10 черт). Рассказы учащихся с объяснением и подтверждением фактами выбранных ими наименований.

Сравнение рассказа о себе с тем, как характеризуют рассказчика его близкие друзья и одноклассники. Анализ причин расхождения в самооценке и в оценке окружающих. Анализ литературных текстов, представляющих различные характеры людей. Как воспитывается характер.

*Выводы:*

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

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

## **8 класс (34 часа)**

### **Раздел «Введение» (2 часа)**

Познавательные беседы:

- Давайте знакомиться с собой и друг с другом.

**Понятия:** дружба, друзья, настоящий друг

### ***Раздел "Как мы познаём мир" (2 часа)***

Закрепление правил развития психических процессов. Игры, упражнения, задания на их развитие.

Упражнения на развитие коммуникативных навыков.

**Понятия:** ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, воображение, общение

### ***Раздел "Познай себя" (18 часов)***

#### **Тема: "Как и что мы чувствуем" (4 часа)**

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

Познавательные беседы:

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

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

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

#### **Тема: "Воля" (3 часа)**

Познавательные беседы:

- Своя воля страшней неволи;
- Будь своему слову хозяин,
- Правила воспитания воли.

Упражнения и задания на развитие воли.

**Выводы:**

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

**Понятия:** воля, волевые черты, своеорение, убеждения, идеалы, выдержка, терпение, самообладание

#### **Тема: "Характер" (9 часов)**

Познавательные беседы:

- Видна птица по полёту;
- Можно ли стать гением;
- Терпение даёт умение;
- Толпа и личность;
- Не место красит человека
- Как стать личностью;
- Может ли ползать рождённый летать?

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

**Выводы:** Личность должна постоянно развиваться, реализовывать свои возможности в деятельности и общении. Характер включает качества, определяющие отношение человека к другим людям и работе, которую он выполняет.

*Понятия:* характер, поступок, привычка, терпение, личность, самооценка, черты характера, уравновешенность, активность, личность, идеал, воспитание характера

Тема: "Кем быть" (2 часа)

Познавательные беседы с толкованием пословиц и поговорок о труде человека. Анализ характеристик человека трудолюбивого и нерадивого. Рассказы о том, как человек выбирает себе профессию: по интересу, по умению, по знаниям.

Работа с анкетами профессиональной направленности, интересов, намерений (адаптированный вариант НИН). Анализ итогов с обсуждением возможности учащихся работать по избранным ими профессиям, индивидуальные и групповые консультации.

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

***Раздел "Я среди людей" (12 часов)***

Тема: "Как мы видим друг друга" (6 часов)

Познавательные беседы:

- разговор взглядов;
- язык жестов и движений,
- как понять другого человека;
- особенности подросткового возраста;
- про мужчин и женщин
- "По одёжке встречают ..."

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

*Выводы:*

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

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

Тема: "Межличностные отношения" (6 часов)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

Относись к другим людям так, как ты бы хотел, чтобы относились к тебе. Без понимания невозможно общение и взаимодействие. Необходимо адекватно воспринимать людей.

Люди ссорятся из - за того, что не понимают мысли и чувства друг друга, или из - за того, что недовольны друг другом.

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

***9 класс (34 часа)***  
***Раздел «Введение» (1 час)***

Познавательные беседы:

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

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

### ***Раздел "Познай себя" (5 часов)***

Тема: "Психология личности" (5 часов)

Познавательные беседы:

- Человек снимает личину
- Как мы себя ценим?
- Что такая самоценность?
- Личностью не рождаются, а становятся;
- Личность - это настоящее в человеке, а личина?
- Зависит ли характер от темперамента.

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

*Выводы:*

Индивидуальность - это личность в её своеобразии, основная потребность человека - стремление к самовыражению.

Личность обладает внутренним контролем. Темперамент влияет на формирование характера и поведение человека.

*Понятия:* личность, индивидуальность, личина, самооценка и самоценность, личность, индивидуальность, характер и темперамент, положительные и отрицательные качества характера, управление поведением

### ***Раздел "Как мы познаём мир" (17 часов)***

Тема: "Психологические процессы и информация" (4 часа)

Познавательные беседы:

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

Упражнения, задания на развитие навыков работы с информацией: "Живая скульптура", "Веришь - не веришь", "Пожелание", "Рефлексия", "Кустики идей" и др.

*Выводы:*

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

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

Тема: "Творчество" (3 часа)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

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

*Понятия:* творчество, мыслить творчески, творчество и воображение

Тема: "Проблемы и как их решать" (4 часа)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

- Прежде чем решить проблему, её нужно увидеть.
- Любую проблему следует решать осознанно, целенаправленно.
- Чтобы решить проблему нужно совершить путь от "хочу" к "смогу".

*Понятия:* желания и возможности, преграды в исполнении желаний, проблемы и их решения

### Тема: "Личность и её социальные роли" (3 часа)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы.*

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

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

### Тема: "Кем быть" (3 часа)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

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

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

## ***Раздел "Я среди людей" (9 часов)***

### Тема: "Психология межличностных отношений" (4 часа)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

- В дружбе, в любви и просто в отношениях с людьми нужно следовать правилу: "Поступай по отношению к другому так, как ты хотел бы, чтобы он поступал по отношению к тебе".
- Позитивность межличностных отношений зависит от личностных качеств человека.
- Существуют различия в психологии мужчин и женщин. Их необходимо учитывать, строя взаимоотношения.
- Человек может научиться строить позитивные межличностные отношения и преодолевать негативные.

*Понятия:* мимика, взгляд и поза, мужчина, женщина, друг и товарищ, достоинства, недостатки, одиночество, безразличие, отчуждение, вражда, ненависть, любовь и симпатия, влюбленность

### Тема: "Психология конфликта" (5 часов)

Познавательные беседы:

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

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

*Выводы:*

- конфликты возникают из - за разногласия вкусов, взглядов, убеждений, не понимания мыслей, чувств друг друга.
- ни один не может выйти победителем в конфликте без того, чтобы его противник не оказался побеждённым.
- существуют правила разрешения конфликтов, их нужно знать и выполнять.
- конфликты могут возникать как между малознакомыми, так и между близкими людьми.

*Понятия:* конфликт, конфликтная ситуация, конфликтный человек, решение конфликта, свое мнение, подчинение и власть, барьеры общения, спор, ссора

### **"Обобщение" (2 часа)**

Повторение изученных разделов.

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

## **Требования к подготовке учащихся**

**В результате обучения формируются следующие знания:**

- о психических процессах: ощущении, восприятии, памяти, мышлении, воображении, речи
- о пользе развития данных психологических процессов
- об эмоциональных состояниях человека
- о настроении человека и управлении им
- о правилах общения между людьми
- о волевых качествах человека
- о способах проявления индивидуальных качеств характера человека
- о мире профессий и способах выбора профессии
- о влиянии отношения других людей на отношение человека к самому себе, о самооценке и уровне притязаний
- о сходствах и различиях между людьми, о способах понимания, принятия других людей
- о способах поведения в социальных ситуациях разного типа
- о конфликтах и способах их разрешения
- о социальных ролях и ролевых функциях человека
- о социальных возможностях человека

**В результате обучения формируются следующие умения:**

- умение анализировать особенности своего характера
- умение характеризовать другого человека, его поступки
- умение анализировать отношение других людей к самому себе
- умение анализировать мотивы своего и чужого поведения
- умение организовывать поведение в социальных ситуациях разного типа
- умение предупреждать и разрешать конфликты
- умение выявлять причины, управлять своим настроением
- умение регулировать свое поведение и поступки
- умение определять цель деятельности, планировать действия для достижения цели
- умение выбирать свою будущую профессию

## **Список литературы**

1. Аин Л. Психологический тренинг с подростками. Спб.: Питер, 2004.
2. Бгажнокова И.М., Мусукаева Ф.В. Особенности понимания и использования норм поведения умственно отсталыми подростками. Дефектология № 5. 1998.
3. Бгажнокова И.М., Гамаюнова А.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушениями интеллекта. Дефектология № 1. 1998.
4. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитания. Московский Университет, 1989.
5. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов. СПб. Речь. 2001.
6. Гиппенрейтор Ю.Б. Общаться с ребенком, как? Москва. Черо. 1997.
7. Гончарова Е.Л., Кукушкина О.И. Внутренний мир человека как предмет изучения в специальной школе. Дефектология, № 3, 1998.
8. Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии. СПб. Питер. 2000.
9. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. Спб.: Питер, 2000.
10. Кэдьюсон Х. и Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. СПб. Питер. 2000.
11. Кукушкина О.И., Барышникова Н.А. О чем заставляет размышлять первый опыт апробации «Дневника событий жизни». Дефектология №4, 2000.
12. Матвеева О.А. Развивающая и коррекционная работа с детьми. Педагогическое общество России. Москва. 2001.
13. Осипова Е. С. Основы психокоррекции. Ростов-на-Дону. Феникс. 2000.
14. Пиз А. Язык телодвижений. Москва. 1995.
15. Пономаренко Л. П., Белоусова Р. В. Психология для старшеклассников: в 2-х частях. Москва: ВЛАДОС, 2003.
16. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. ЭКСМО– пресс. 2001.
17. Прутченков А.С. Наедине с собой. Педагогическое агентство. Москва.
18. Риердон Б. Толерантность – дорога к миру. Москва. «Открытое общество». 2001.
19. Сатран Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. Москва. 1999.
20. Щербакова А.М., Москаленко Н.В. Формирование социальной компетентности у учащихся старших классов СОУ VIII вида. Дефектология № 3, 2001.
21. Щипицина Л.М. Развитие навыков общения лиц с нарушениями интеллекта. СПб, 2000.

