





ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ШКОЛА № 16 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОРЕЗ»  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО на заседании ППк Протокол от «09» 09 2024 г. № 2 Руководитель ППк  Л.Л. Руденко	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР  М.В. Кондратеня «09» 09 2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ «ШКО- ЛА № 16 ГО. ТОРЕЗ»  Н.Н. Виннывскт «09» 09 2024 г. 
---	--	--

## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

**Коррекционно-развивающие занятия  
на развитие «Я-концепции», когнитивных функций и  
сенсомоторной сферы.**

**на 2024 - 2025 учебный год**

для обучающегося 8 класса с НОДА  
(срок реализации 1 год)

Составитель рабочей программы:  
педагог - психолог  
Шамдан Любовь Александровна

Торез  
2024 г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Согласно заключения ПМПК от 05.06.2024 года № 06/06: Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант б.1), на основе имеющихся знаний, умений и навыков обучающегося 8 класса Хуснутдинова Романа для коррекционно-развивающей работы составлена индивидуальная программа на основе:

- авторской программы факультативного курса «Личность и ее саморазвитие» /составитель О.В. Федоренко, педагог-психолог первой категории, Горловской специальной общеобразовательной школы-интерната I-II ступеней №16 МОН ДНР, Горловка 2015;
- рекомендаций ПМПК: Совершенствование двигательных навыков. Расширение диапазона произвольных движений. Развитие когнитивных функций;
- в соответствии с Законом «Об образовании» РФ и Донецкой Народной Республики;
- адаптирована педагогом – психологом Л.А. Шамдан.

Программа - это система интерактивной работы с подростком, которая направлена на глубокое понимание подростком себя и изучение им своих проблем, связанных с самопознанием, умение раскрыть в себе потенциал и постоянное стремление к росту и развитию своей личности. Каждый подросток с помощью психолога в непосредственном взаимодействии со сверстниками ищет ответы на вопросы: «Кто я?», «Что я могу?», «Что я знаю о своих друзьях? Всегда ли я понимаю их, а они меня?», «Как научиться понимать себя и других?», «Что ждет меня во взрослой жизни?». В атмосфере принятия, он учится задаваться вопросами, которые способствуют его развитию, и искать пути решения максимально экологично, в социально приемлемых формах.

Цель - помочь воспитанникам овладеть психологическими методами достижения цели, умение справляться со стрессовыми и конфликтными ситуациями, делать выбор, налаживать дружеские отношения, раскрыть в себе потенциал и стремиться к самосовершенствованию как личности, сформировать социально коммуникативную компетентность.

Задачи:

*формирование мотивационной компетентности:*

- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- формирование широкого спектра интересов и способностей, определить круг устойчивых интересов;

*формирования функциональной компетентности:*

- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;

*формирования социальной компетентности*

- развитие и укрепление чувства взрослости, формирование адекватных форм утверждения самостоятельности, личной автономии;
- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;
- развитие нравственных качеств, форм сочувствия другим;
- определить круг устойчивых интересов, формирование широкого спектра интересов и способностей;

*формирование компетентности саморазвития*

- формировать гибкость жизненных установок, взглядов;
- формировать потребность в постоянном личностном развитии и самосовершенствовании;
- формировать умение пересматривать свои прежние взгляды, принятые решения, профессиональный выбор под влиянием жизненных изменений.

Функция: социально-психологическая подготовка. Важным фактором психологического развития в подростковом возрасте является общение со сверстниками, которое ученые выделяют как ведущую деятельность этого периода. В долгосрочной перспективе полноценное общение со сверстниками в подростковом возрасте важнее для сохранения и

формирования психического здоровья, чем такие факторы, как умственное развитие, школьная успеваемость, взаимоотношения со взрослыми.

Поэтому учебно-развивающий процесс факультативного курса состоит в основном из активных методов групповой работы, а именно ролевых игр, творческих упражнений, тренингов, работы в малых группах, развивающих игр и упражнений, обсуждения, осмысления своих действий и мотивов (то есть освоение навыков рефлексии). Таким образом организация учебно-развивающего процесса требует от психолога создание условий для максимально возможного раскрытия подростком своих проблем и эмоций в атмосфере взаимного принятия, безопасности, поддержки и защиты. Психолог побуждает подростка к проявлению отношений, установок поведения, эмоциональных реакций и к обсуждению и анализу, а также к рассмотрению предложенных тем. Рассматривая темы в теоретической части стараемся не убеждать подростков, не навязывать стереотипов, а вести диалог, подавать научно доказанные факты, иллюстрировать курс примерами из жизни подростков, художественных образов, исторических героев, героев Донбасса, то есть предлагаем каждому самостоятельно сделать выводы относительно собственного пути самосовершенствования и реализации своего творческого "Я".

Оценивание предполагается вести вербальное, постепенно формируя навыки самооценки.

Программа разработана для реализации в общеобразовательном учреждении и рассчитана на 16 часов (1 занятие один раз в две недели), один год обучения.

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов
	план	факт		
1	09.09.		Введение. Личность и ее индивидуальные особенности.	
2	23.09		Направленность личности.	
3	07.10		Характер.	
4	21.10		Каким тебя видят другие?	
5	18.11		«Я-концепция».	
6	02.12		Субличности. Внутренний саботажник.	
7	16.12		Принятие себя.	
8	20.01		Самопознание.	
9	03.02		Повышение способности к самоконтролю и самоорганизации.	
10	17.02		Волевой самоконтроль.	
11	03.03		Агрессия. Коррекция агрессивного поведения.	
12	17.03		«НЕТ» наркотическим веществам! «ДА» здоровому образу жизни!	
13	14.04		Профилактика курения табака. Умение противостоять вредной привычке. Роль рекламы в приобретении зависимости.	
14	28.04		Восприятие и выражение чувств. Отношения с противоположным полом.	
15	12.05		Мой выбор моя ответственность.	
16	26.05		Позитивное мышление.	
			<b>Итого:</b>	<b>16 часов</b>

## Программа коррекционно-развивающих занятий

№ п/п	Название раздела, темы	Содержание учебного материала	Кол-во часов	Планируемые результаты (требования к достижениям учащихся)
1	Введение. Личность и ее индивидуальные особенности.	Беседа о биологических и социальных факторах развития личности. Составление гомограммы семьи.	1	Собирает сведения о прародителях (психические качества, характер, сфера интересов, социальная активность, нравственные основы) и сравнивает с собой, анализирует. Формулирует особенности своей личности.
2	Направленность личности.	Информация о потребностях как источнике активности человека. Потребности физиологические и духовные. Мотивы как внутренние побуждения деятельности. Интересы непосредственные и опосредованные. Дискуссия «Склонность как стремление к деятельности».	1	Обнаруживает некоторые направленность своей личности, синтезируя полученную информацию и самонаблюдения.
3	Характер.	Информация о характере как неповторимом, устойчивом, индивидуальном сочетании психологических черт личности. Разнообразие черт характера. Примеры проявления характера в поступках. Диагностика акцентуации характера личности.	1	Описывает проявления своего характера и обосновывает поступками, характеризующие эти проявления. Формулирует отношение к своему характеру (удовлетворен, не удовлетворен, каких хочет перемен)
4	Каким тебя видят другие?	Информация об общении как способ познания себя. Упражнения «Зеркало», «Обратная связь».	1	Овладевает техниками отзеркаливания и обратной связи. Расширяет представления о "неизвестном себе".
5	«Я-концепция»	Информация о понятии «Я-концепция», «Я-образ», «Я-идеальный», "Я-реальный". Мозговой штурм «Кто я такой?»	1	Фиксирует внимание на своих индивидуальных особенностях, дает им название. Осмысливает «откуда он знает, что он именно такой, как говорит».

6	Субличности. Внутренний	Упражнение "Субличности", "Знакомство с внутренним саботажником". Рисунок своего саботажника. Упражнение "Диалог с саботажником"	1	Овладевает «внутреннего саботажника».
7	Принятие себя.	Информация о важности принятия всех своих проявлений – себя целостного. Упражнение «Это – я», «Составление целого с частей»	1	Принимает все свои особенности и проявления или хотя бы допускает возможность их существования.
8	Самопознание.	Упражнения "Лицензия на приобретение знаний", "Звездный час познания", "Утраченные иллюзии", "Познание - это искусство задавать вопросы".	1	Осознает то, какие знания о себе должны быть в этом возрасте. Устанавливает приоритеты и проводит грань между важным и не важным. Чувствует что такое спрашивать и что такое понимать, как важно для развития, когда возникают новые вопросы.
9	Повышение способности к самоконтролю и самоорганизации.	Упражнения "Когда я прошу ...", "Сила слова". Релаксация "Восковая фигура", "Три водопада".	1	Выбирает эффективный тип поведения, продуктивную стратегию. Прислушивается к своим ощущениям.
10	Волевой самоконтроль	Информация о воле. Классификация волевых качеств личности. Упражнение на развитие волевой активности: "Популярные отговорки"	1	Понимает волевою активность как проявление своих намерений и желаний. Осмысление того, что выполнение чужого желания рождает отговорки.
11	Агрессия. Преодоление агрессивности.	Информация об агрессии и агрессивность, виды агрессии, конструктивные способы преодоления агрессивности. Упражнение "Дикая кошка". Работа в малых группах по отработке конструктивного ответа при вербальной агрессии с помощью "Я-сообщения"	1	Осознает свои агрессивные проявления. Избегает конфликтной ситуации, используя коммуникативную технику.
12	«Нет» наркотическим веществам! «Да» здоровому образу	Актуализация знаний о наркозависимости, ее причины и последствия. Упражнения: "Горы",	1	Осмысливает вредность психоактивных веществ. И овладевает навыками отказа от предложения попробовать их.

	жизни!	"Мифы", "Марионетка".		
13	Профилактика курения табака. Умение противостоять вредной привычке.	Дискуссия. Роль рекламы в предоставлении такой вредной привычки как курение. Упражнение "Эмоции". Вывод: цель зависимости - подавить и разрушить негативные эмоции. Упражнение «Поднять настроение за одну минуту».	1	Осмысливает кто и для чего загоняет его на крючок табакокурения. Обрабатывает альтернативные способы преодоления негативных эмоций.
14	Восприятие и выражение чувств. Отношения с противоположным полом.	Информация о психологической разнице между парнем и девушкой (восприятие, ожидания, выражение чувств). Упражнение - коллективный портрет "Девушка (парень), которая (ый) мне понравится". Работа в парах "Пойми меня".	1	Подбирает слова и поведенческие проявления в соответствии с чувствами и культурными традициями.
15	Мой выбор – моя ответственность.	Работа в малых группах Упражнение "Прокурор". Рефлексия по упражнению.	1	Осмысливает значение ответственности. Принимает решения и отвечает за результат.
16	Позитивное мышление	Информация о силе воображения. Мы живем так, как думаем. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца», "Использование образа животного в повседневной жизни". Релаксация "Роза". Работа в парах отработка положительных высказываний и мыслей.	1	Формулирует свои желания, видение себя и окружающего мира в позитивном ключе.

## **Информационное обеспечение.**

### **Литература для психолога.**

1. Л.Ф. Тихомирова. Развитие интеллектуальных способностей школьника. – Ярославль, 1997 г.
2. А. В. Румянцева. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие. – СПб.: Речь, 2004 г.
3. А.В. Родионов, М.А. Ступницкая, О.В. Кардашина. Я и другие. – Ярославль, 2003 г.
4. С.А. Левашова. Психолог и подросток: коммуникативно-двигательный тренинг. – Ярославль, 2004 г.
5. С. В. Кривцова, Е.А. Мухаматулина. Тренинг: навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М. Генезис, 1997 г.
6. Л.Ф. Анн. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2004 г.
7. Н.С. Ефимова. Психология взаимопонимания.- СПб.: Питер, 2004 г.
8. Кэррол Э.Изард. Психология эмоций.- СПб.: Питер, 2006 г.
9. Л.Ю. Субботина Развитие воображения у детей. – Ярославль, 1997 г.
10. Н.Л. Кряжева. Развитие эмоционального мира детей. - Ярославль, 1997 г.
11. Л.В. Черемошкина. Развитие внимания детей. - Ярославль, 1997 г.
12. Л.Ф. Тихомирова, А.В. Басов. Развитие логического мышления. - Ярославль, 1997 г.

### **Литература для учащихся**

1. Платонов К.К. Занимательная психология.- М.: Мол. Гвардия, 1986
2. Тайна личности. Занимательная психология для детей и взрослых. – Харьков: Неофит, Фортуна-пресс, 1996
3. Шостром Э. Анти-Карнеги, или человек-манипулятор / Пер. с англ. А. Малышевой. – М.: 1994
4. Процицкая Е.Н. Выбирайте профессию. – М.: Просвещение, 1991
5. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. – М.: Просвещение, 1991.
6. Жариков Е., Крушельницкий Е. Для тебя и о тебе. – М., 1991.
7. А.А. Алексеев, Л.А. Громова. Поймите меня правильно. – С.Пб., 1993.
8. Горелов И.Н., Житников Е.Ф., Зюзько М.В. Умеете ли вы общаться?
9. Мюршел Дж., Джонгвард Д. Рожденные выигрывать – М., 1993.
10. Корнелиус Х., ШаманаФ. Выигрывать может каждый. – М., 1992
11. Прихожан А. Психологический справочник для не удачника. – М., 1994.

12. Добротворский И. Как найти себя и начать жить. – Воронеж, 1994.
13. Пекелис В. Как найти себя. – М, 1988.
14. Оржеховська В.М., Хиль Т.В., Кириленко С.В. Посібник з самовиховання. – К., 1996.
15. Титаренко Т.Ш. Я знакомый и неузнаваемый. – М.,1981.