

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 2 с углубленным изучением отдельных предметов»

Рассмотрена и принята
на заседании педагогического
совета
Протокол № 1
от 28 августа 2020 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ СШ 2
В. Иглина
Приказ № 47/4 от 1.08.2020г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**По курсу
«Психологическая коррекция»**

Программа по курсу «Психологическая коррекция» включает в себя психологическое сопровождение обучающихся 5-х классов / 1 год обучения в период адаптации, сопровождение обучающихся с задержкой психического развития (далее ЗПР), коррекционную программу по преодолению школьной тревожности.

Психологическое сопровождение обучающихся 5-х классов / 1 год обучения в период адаптации

Целью является снижение уровня тревожности, овладение умением пользоваться поддержкой окружающих, оказывать помощь другим, видеть свои сильные и слабые стороны, принимать себя.

Задачи:

1. Повышение уровня психологической адаптированности обучающихся с ЗПР;
2. Обогащение и познание своего эмоционального мира;
3. Развитие навыков взаимодействия с другими людьми;
4. Формирование адекватного представления о себе;
5. Обучение приемам саморегуляции.

Планируемые результаты: повышение уровня адаптированности обучающихся; повышение уровня психологической культуры обучающихся; стабилизация психоэмоционального состояния обучающихся; расширение поведенческого репертуара.

Сопровождение обучающихся с ЗПР

Целью является профилактика тревожности, неуверенности в себе и своих силах, активизация внутренних ресурсов учащихся, оказание подросткам психологической поддержки, профилактика и коррекция девиантного (нежелательного) поведения.

Задачи:

1. Выявление знаний обучающихся о себе и о своих ресурсах и пополнение этих знаний;
2. Активизация и использование найденных ресурсов;
3. Оказание помощи в избавлении от страхов и приобретении обучающимися с ЗПР уверенности в себе.

Планируемые результаты: снижение страхов и скованности; снижение агрессивности в индивидуальном поведении и общении; формирование уверенности в своих силах, доверия к партнеру; развитие адекватной позитивной осознанной самооценки; развитие способности и стремление к самопознанию и познанию других; развитие самоконтроля, самодисциплины; развитие способности к проявлению инициативы и способности принять за нее ответственность на себя; адекватная самооценка и целостное осознание своего «Я»; стремление к сотрудничеству со сверстниками, уважительное отношение к окружающим людям и к себе; осознание важности и смысла процесса обучения; стремление к творческому и интеллектуальному саморазвитию; осознанное отношение к своему образу жизни, стремление к здоровому образу жизни.

Коррекционная работа по преодолению школьной тревожности

Школьная тревожность является признаком школьной дезадаптации обучающегося с ЗПР, отрицательно влияет не только на учебу, но и на общение, в том числе и за пределами школы, на здоровье и общий уровень психологического благополучия.

Причины тревожности у обучающихся первого года обучения в основной школе:

- учебные перегрузки;
- неадекватные, чаще всего завышенные требования; противоречивые требования, которые предъявляются к подростку родителями и / или школой, сверстниками;
- неспособность учащегося справиться со школьной программой;
- неблагоприятные отношения с педагогами;
- регулярно повторяющиеся оценочно-экзаменационные ситуации;
- смена школьного коллектива и / или неприятие детским коллективом.

Задачи:

1. Развитие у подростков умений и навыков психофизической саморегуляции, навыков владения собой в критических ситуациях;
2. Формирование и совершенствование коммуникативных компетенций подростков: умений и навыков конструктивно строить общение, избегать эмоциональных конфликтов;
3. Формирование адекватной самооценки подростков, развитие уверенности в своих силах;
4. Развитие позитивного самовосприятия;
5. Развитие и совершенствование навыков ответственного поведения: умение ставить цель, брать ответственность, осуществлять самоанализ своей деятельности;
6. Развитие навыков коллективной работы.

Предполагаемые результаты: повышение уровня развития самоконтроля, самодисциплины; способности к проявлению инициативы и способности принять за нее ответственность на себя; адекватная самооценка и целостное осознание своего «Я»; стремление к сотрудничеству со сверстниками, взрослыми; осознание важности и смысла процесса обучения; стремление к творческому и интеллектуальному саморазвитию; осознанное отношение к своему образу жизни, стремление к здоровому образу жизни.

Методы диагностики школьной тревожности: наблюдение, экспертные оценки педагогов и родителей, методика диагностики школьной тревожности А. М. Прихожан, тест школьной тревожности Филлипса, Шкала тревожности, проективные и психосемантические методы (рисунки, незаконченные предложения, ЦАМ А. М.Парачева).

**Тематическое планирование
5 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Содержание	Кол-во часов
1-2	Диагностика познавательной и эмоционально-волевой сфер (входная)	Входная диагностика, согласно диагностическому минимуму	2
3-4	«Давайте познакомимся»	- формирование групповой сплоченности; - актуализация целей обучения в пятом классе.	2
5-6	«Станем друзьями»	- формирование навыков взаимодействия в группе; - определение качеств настоящего друга; - повышение самооценки обучающихся.	2
7	«Я и моя школа»	- знакомство с правилами школьной жизни	1
8	«Мы - ученики»	- формирование учебных навыков; - повторение правил работы на уроке; - реализация творческого подхода в учебе.	1
9	«Мои школьные достижения»	- формирование качеств успешного школьника	1
10	«Много учиться не бывает»	- формирование учебно-познавательной мотивации, снятие тревожности	1
11-12	«Что мешает и что помогает мне учиться?»	- снижение школьной тревожности	2
13-14	«Мир моих чувств»	- гармонизация психоэмоциональных	2

		состояний	
15	«Найти себя»	- представления человека о себе, своих личных качествах, в чем состоит индивидуальность	1
16	«Пойми меня»	- выявление представлений обучающихся о значении общения в жизни человека;	1
17	«Найти друга»	- формирование навыков взаимодействия со сверстниками;	1
18-20	«Почему я испытываю радость, гнев, тревогу, волнение, раздражение?»	- формирование умения давать адекватную оценку своим чувствам и эмоциям	3
21-22	«Конфликты. Кто виноват?»	- обучение умению находить конструктивные решения для разрешения конфликта, обучение способам поведения в конфликтных ситуациях: сотрудничеству, компромиссу, избеганию, уступке, соперничеству.	2
23	«Учимся преодолевать конфликты»	- развитие навыков конструктивного взаимодействия; - повышение уровня конфликтной компетентности.	1
24	«Азбука общения»	- обучение приемам общения между учителями и подростками, между подростками и	1

		родителями, родителями и учителями.	
25-26	«Своя и чужая агрессия»	- обучение подростков приемам общения, стимулирование развития их коммуникативной культуры.	2
27-28	«Чему учат в школе?»	- умение использовать свои психологические ресурсы; - повышение психологической устойчивости обучающихся	2
29	«Я могу»	- формирование навыков построения внутреннего плана действий	1
30-31	«Общаемся на равных»	- обучение умению находить конструктивные решения для разрешения конфликта, учить договариваться в различных ситуациях	2
32-33	«Я и мои учителя»	- расширение и обогащение навыков общения с педагогами; - эмоциональное отношение к отметкам, знакомство с критериальным подходом в оценивании; формирование у обучающихся правильного отношения к оценке.	3
34	«Мои родители - мои друзья»	- формирование благоприятного психологического	1

		климата	
35	Итоговое занятие		1
	Итого		35 часов