



Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Городского округа Балашиха

«Школа для учащихся с ограниченными возможностями здоровья»

143980, Московская область, г. Балашиха, мкр. Ольгино, ул. Жилгородок, дом 35А,
тел.(факс) (495) 527-53-36, e-mail: speckor_10@mail.ru
<http://spkorschool10.ucoz.ru/>



Доброшкола
Все получится!

Согласовано:
Зам. директора по УВР
 Ю.А. Зайцева
«30»  2022г.

Утверждаю:
Директор МКОУ «Школа ОВЗ»
Р.А.Тархова

Приказ № 
от «30»  2022г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА **по психологическому практикуму** **5А, 7А, 7Б классы**

Составлена на основе:
Адаптированной основной
общеобразовательной программы
МКОУ «Школа ОВЗ»

Составитель:
учитель Белых Ок.Л.

2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы МКОУ «Школа ОВЗ» (ВАРИАНТ 1).

Сегодня в связи с изменениями в различных сферах общества актуализировались вопросы, связанные с подготовкой подрастающего поколения к самостоятельной жизни. Особенно остро стоит вопрос о социально-психологической адаптации и интеграции детей с ограниченными возможностями в современное общество.

Недоразвитие познавательных процессов – наиболее ярко выраженная особенность учащихся с интеллектуальной недостаточностью. Недоразвитие мыслительной деятельности сочетается с нарушением моторики, речи, памяти, внимания, эмоциональной сферы, произвольных форм поведения. Вследствие этого, умственно отсталые школьники лишены возможности усваивать новые знания и навыки наравне со своими сверстниками. Дефект затрудняет их обучение и воспитание, делает особенно сложным процесс формирования их личности.

Исследования ученых (Выготский Л.С., Лурия А.Р., Лебединская К.С., Певзнер М.С.) дают основания считать умственную отсталость не просто «малым количеством ума», а качественным изменением всей психики, всей личности в целом, явившимся результатом перенесенных органических повреждений центральной нервной системы.

Особенности психики умственно отсталых детей исследованы достаточно полно (Занков Л.В., Петрова В.Г., Пинский Б.И., Рубинштейн С.Я., Шиф Ж.И. и др.). Как показывают данные исследований, у проблемных детей на всех этапах познания имеют место элементы недоразвития, а в некоторых случаях атипичное развитие психических функций. В результате, эти дети получают неполное, а порой и искаженное представление об окружающем мире.

Дефективной оказывается уже первая ступень познания – восприятие. На это указывают исследования психологов: Вересотской К.А., Петровой В.Г., Шиф Ж.И. Главным недостатком является нарушение обобщенности восприятия, узость его объема, замедленный темп. Все отмеченные недостатки протекают на фоне слабой активности этого процесса.

Восприятие неразрывно связано с мышлением, которое является главным инструментом познания. Основным недостатком мышления этих детей – слабость обобщений, т.е. конкретность мышления. Кроме того, оно отличается непоследовательностью, которая возникает из-за чрезмерной тугоподвижности, вязкости интеллектуальных процессов. Еще один недостаток – слабость регулирующей функции мышления – тесно связан с так называемой некритичностью мышления, т.е. с неумением сопоставить свои мысли и действия с требованиями объективной реальности.

Особенности восприятия и мышления неразрывно связаны с особенностями памяти. Основные процессы памяти – запоминание, сохранение и воспроизведение – у детей с интеллектуальными нарушениями имеют специфические особенности, так как формируются в условиях аномального развития. Ими труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи.

У умственно отсталых детей сильно выражены недостатки внимания: малая устойчивость, трудности распределения, замедленная переключаемость. Преимущественно недоразвито произвольное внимание (Баксакова И.Л.).

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов являются причиной ряда специфических особенностей личности учащихся школы. Психологи (Виноградова А.Д., Коломенский Н.Л. и др.) указывают, что в отличие от сверстников с нормальным интеллектом умственно отсталых детей характеризует ограниченность представлений об окружающем мире, примитивность интересов, потребностей и мотивов. Недоразвитие познавательных интересов (Морозова Н.Г.), которое выражается в том, что умственно отсталые школьники меньше, чем их нормальные сверстники, испытывают потребность в познании. Это значительно затрудняет развитие их познавательных процессов, ведет к снижению их познавательной активности, усложняет не только процесс обучения этих детей, но и формирования правильных отношений со сверстниками и взрослыми.

Курс психологического практикума призван дать учащимся представление о закономерностях психических процессов, вооружить подростка знаниями о самом себе: о том, какой он, как он развивается, какими способностями обладает и т.д. Каждый участник занятий сможет определить свои недостатки и выбрать пути их исправления. Это позволит корригировать и развивать познавательную сферу личности учащихся. Успешность учебно-воспитательного процесса напрямую зависит от уровня развития познавательных способностей и познавательной активности школьников, на что и направлена коррекционно-развивающая работа с умственно отсталыми детьми.

Цель занятий заключается в применении разных форм взаимодействия с учащимися, направленными на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений учащихся; формирование навыков адекватного поведения.

Основные направления работы:

- диагностика и развитие познавательной сферы (формирование учебной мотивации, активизация сенсорно-перцептивной, мнемической и мыслительной деятельности);
- развитие эмоционально-личностной сферы (гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля);

- развитие коммуникативной сферы и социальная интеграции (развитие способности к эмпатии, сопереживанию);
- формирование продуктивных видов взаимодействия с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения.

Методы работы

1. Наглядные: использование картин, фотографий, образцы работ, поделки, слайды, книги, журналы, видеоролики, фильмы и т.п.
2. Словесные: беседы, вопросы, применение загадок, стихов, рассказов.
3. Практические: словесные игры, подвижные игры, настольные игры, дидактические игры и упражнения, дыхательные упражнения, физические упражнения, психогимнастика.

Личностные результаты включают овладение учащимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений учащихся в различных средах.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения учащихся в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов.

Организация занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Каждый обучающийся заводит тетрадь для занятий, в которой выполняет самодиагностику, различные упражнения, составляет план работы и зарисовывает пиктограммы настроения.

Занятия проводятся в учебном кабинете, в спортзале или на свежем воздухе.

Продолжительность занятий 20 - 40 минут.

Формы организации деятельности учащихся:

- групповая;
- подгрупповая;
- индивидуальная.

Критерии оценивания

Программа предполагает безоценочную систему проведения занятий.

5А КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ПО ТЕМАТИЧЕСКИМ РАЗДЕЛАМ

№п/п	Наименование разделов, тем	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов
-------------	-----------------------------------	--	---------------------

1	Введение	Что изучает психология, для чего она нужна человеку. Как появился человек на земле, чем отличается человек от животного. Понятия: психика, ощущения, характер, внешний и внутренний мир	16
2	Как мы познаём мир	Упражнения на развитие ощущений и восприятий различной модальности. Практические занятия и упражнения на развитие внимания и внимательности. Закрепление и развитие приёмов запоминания и воспроизведения. Упражнения, игры на развитие мышления, воображения. Упражнения по развитию навыков общения и взаимодействия	26
3	Познай себя	Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными ситуациями. Задания на выявление устойчивости внимания и волевого усилия. Задания на самооценку.	22

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

66 часов в год

I триместр

21 час (2 часа в неделю)

№ урока	Тема	Дата	
		по плану	факти ческая
	Введение		
1.	Психология – это наука о душе, инструмент самопознания и, просто, интересно	01.09	
2.	Как появился человек на земле.	07.09	
3.	Какие животные похожи на человека, где они обитают	08.09	
4.	Думают ли животные. Чем отличается человек от животного.	14.09	
5.	Как и почему человек видит, слышит, чувствует, думает, говорит, действует.	15.09	
6.	Как мы распознаём горе и радость	21.09	
7.	Почему люди бывают плохие и хорошие, как мы об этом судим?	22.09	
8.	Кого мы называем другом, товарищем, знакомым	28.09	
9.	Хорошо ли мы знаем себя и своих друзей	29.09	
10.	Что нам снится, откуда приходят сны.	05.10	
11.	Откуда и как возникает хорошее и плохое настроение	06.10	

12.	Почему возникает страх.	19.10	
13.	Мозг и его тайны.	20.10	
14.	Психика и мозг человека. Анкета Лускановой, метод незаконченных предложений	26.10	
15.	Из чего состоит психологическая жизнь человека.	27.10	
16.	Давайте знакомиться с собой и друг с другом	02.11	
	Как мы познаем мир?		
17.	Ощущения и восприятия. Как ощутить радость жизни?	03.11	
18.	Упражнения на развитие ощущений и восприятий	09.11	
19.	Внимание - это порядок мысли (объём внимания).	10.11	
20.	Упражнения для развития внимания. Графический диктант.	16.11	
21.	Упражнения для развития внимания. Лабиринт, кодирование, пазлы	17.11	

**II триместр
22 часа (2 часа в неделю)**

№ урока	Тема	Дата	
		по плану	фактическая
1.	Умение видеть нужное среди прочего (избирательность внимания). Переключаемость внимания.	30.11	
2.	Научишься сосредотачиваться, научишься и вдумываться.	01.12	
3.	Практические занятия и упражнения на развитие внимания	07.12	
4.	Упражнения на развитие внимания	08.12	
5.	Виды памяти, особенности памяти	14.12	
6.	Упражнения на развитие памяти. Развиваем различные виды памяти.	15.12	
7.	Развиваем зрительную память и расширяем её объём. Упражнение «Фотоаппарат»	21.12	
8.	Запоминаем, рисуя. Развитие образной память	22.12	
9.	Виды мышления	28.12	
10.	Способы мышления.	29.12	
11.	Матрица Равена	11.01	
12.	Всё познаётся в сравнении.	12.01	
13.	Что нам стоит дом построить. Развитие умения действовать по образцу и инструкции.	18.01	

14.	Правила развития воображения.	19.01	
15.	Упражнения на развитие воображения. Составляем и зарисовываем рассказ.	25.01	
16.	Речь как средство общения	26.01	
17.	Вспомни историю по мнемическим картинкам	01.02	
18.	Составляем и зарисовываем рассказ	02.02	
19.	Упражнения по развитию навыков общения и взаимодействия «Комплимент», «Путаница»	08.02	
20.	Правила общения.	09.02	
21.	Упражнения "Кто воспитаннее"	15.02	
22.	Упражнение «горячий стул»	16.02	

**III триместр
23 часа (2 часа в неделю)**

№ урока	Тема	Дата	
		по плану	факти ческая
1.	Упражнение «горячий стул»	01.03	
2.	Что такое эмоции? Положительные и отрицательные эмоции.	02.03	
3.	Эмоции и чувства	09.03	
4.	Эмоции и поведение.	15.03	
5.	Нужно ли человеку меняться?	16.03	
6.	Эгоизм	22.03	
7.	Конфликт	23.03	
8.	Диагностика агрессивности. Опросник Баса-Дарки.	29.03	
9.	Радость. Как её доставить другому человеку?	30.03	
10.	Страх. Как справиться со страхом?	12.04	
11.	Арт-терапия «Моё настроение»	13.04	
12.	Арт-терапия «Добро-Зло».	19.04	
13.	Упражнение «Рисунок по кругу»	20.04	
14.	Позитивные и негативные круги	26.04	
15.	Взгляд на себя. Работа «Мои лица».	27.04	
16.	Упражнение «Реклама», «Самопрезентация»	03.05	
17.	Беседа об одиночестве	04.05	
18.	Игры на сплочение коллектива. Игра «Мумия».	10.05	
19.	Упражнения на повышение самооценки. Упражнение «Розовый куст»	11.05	
20.	Упражнения на повышение самооценки. Упражнение «Розовый куст»	17.05	

21.	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Упражнение «Превратись в возраст»	18.05	
22.	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Упражнение «Я в будущем»	24.05	
23.	Графический диктант «Кошка»	25.05	

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ УЧАЩИХСЯ:

Учащиеся должны иметь следующие представления:

- об основных познавательных процессах – восприятии, памяти, мышлении; их значении для успешного обучения в школе;
- о внимании как необходимом компоненте любого психического процесса;
- о речи как средстве передачи информации, управления познавательными процессами и поведением, а также способе выражения мыслей и чувств;
- о методах и методиках диагностики и самодиагностики;
- сущность понятий «память»;
- особенности памяти;
- способы запоминания слов, информации, текста;
- зачем нужно иметь хорошую память;
- сущность понятий «внимание»;
- как тренировать своё внимание;
- сущность понятия «мышление».

Учащиеся должны уметь:

- использовать разные способы и приёмы запоминания информации, текста, стихотворения;
- использовать приёмы запоминания в учебной и внеурочной деятельности.
- произвольно управлять своим вниманием;
- обобщать предметы и понятия по разным признакам, параметрам;
- исключать предметы, понятия по разным признакам (форма, цвет, размер, расположение в пространстве);
- классифицировать предметы, понятия по признакам;
- устанавливать связи по аналогии;
- выделять главное и второстепенное;
- находить существенные признаки предмета;
- устанавливать отношения части и целого, общего и конкретного, вида- рода
- находить сходства и различия;
- выдвигать версии, аргументировать своё мнение;
- понимать скрытый смысл пословиц, поговорок.

7 КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ПО ТЕМАТИЧЕСКИМ РАЗДЕЛАМ

№п/п	Наименование разделов, тем	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов
------	----------------------------	---------------------------------	--------------

1	Введение	Понятия: психика, ощущения, характер, внешний и внутренний мир. Особенности подросткового возраста	1
2	Агрессия и ее роль в развитии человека	Различия между агрессией и агрессивностью. Развитие навыков контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации агрессии со стороны других.	21
3	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека	Источники уверенности в себе. Уверенность и самоуважение. Уважение к другим. Милосердие, непокорность Задания на самооценку.	27
4	Конфликты и их роль в усилении Я	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице. Способы поведения в конфликте. Конструктивное разрешение конфликтов.	20

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

65 часов в год

I триместр

20 часов (2 часа в неделю)

№ урока	Тема	7А класс		7Б класс	
		Дата		Дата	
		по плану	фактическая	по плану	фактическая
	Введение				
1.	Понятия: психика, ощущения, характер, внешний и внутренний мир	02.09		02.09	
	Агрессия и ее роль в развитии человека				
2.	Я повзрослел. Работа со сказкой «Лабиринт души»	06.09		06.09	
3.	Символ моего Я.	09.09		09.09	
4.	Игра «Спрячь игрушку»	13.09		13.09	
5.	У меня появилась агрессия.	16.09		16.09	
6.	Золотые мысли	20.09		20.09	
7.	Ассоциации	23.09		23.09	
8.	Работа со сказкой «Сказка про Рона»	27.09		27.09	
9.	Как выглядит агрессивный человек?	30.09		30.09	
10.	Работа со сказкой «Время» (О.Горбушина)	04.10		04.10	
11.	Моя реакция на агрессию. Как поступить конструктивно?	07.10		07.10	
12.	Упражнение «Свет мой зеркальце»	18.10		18.10	
13.	Ситуации «Если я сильный...»	21.10		21.10	
14.	Работа с притчей «Живот с пристежками»	25.10		25.10	

15.	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	28.10		28.10	
16.	Чем недовольны родители?	01.11		01.11	
17.	Чем недовольны подростки?	08.11		08.11	
18.	Подростки не понимают....Родители не понимают...	11.11		11.11	
19.	Учимся договариваться	15.11		15.11	
20	Работа со сказкой «Сказка про Крича» (М. Кирсанова)	18.11		18.11	

II триместр
22 часа (2 часа в неделю)

1.	Учимся договариваться	29.11		29.11	
2.	Мои маски.	02.12		02.12	
3.	Работа с притчей «Дом масок»	06.12		06.12	
4	На приеме у психолога.	09.12		09.12	
5	Работа с притчей «Глиндум-Фря»	13.12		13.12	
6.	Маски	16.12		16.12	
	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека				
7.	Упражнения «Портрет», «Ассоциации»	20.12		20.12	
8.	В чем проблема?	23.12		23.12	
9.	Работа со сказкой «Про мальчика Неудоба»	27.12		27.12	
10.	Копилка источников уверенности	30.12		30.12	
11.	Мои ресурсы	10.01		10.01	
12.	Маски неуверенности	13.01		13.01	
13.	Ситуации «Какое поведение у ребят?»	17.01		17.01	
14.	Упражнение «Надень маску»	20.01		20.01	
15.	На приеме у психолога	24.01		24.01	
16.	Работа со сказкой «Маленькая волна» (К. Ступницкая)	27.01		27.01	
17.	Я становлюсь увереннее. Упражнения «Высказывания»	31.02		31.01	
18.	Работа со сказкой «Молодое дерево» (К. Ступницкая)	03.02		03.02	
19.	Уверенность и самоуважение. Упражнение «Я горжусь»	07.02		07.02	
20.	Упражнение «Звезда самоуважения»	10.02		10.02	
21	Работа со сказкой «На дне моря» (Н.Шилова)	14.02		14.02	
22	Уверенность и уважение к другим.	17.02		17.02	

	Упражнение «За что я уважаю...»				
--	---------------------------------	--	--	--	--

III триместр
23 часа (2 часа в неделю)

1.	Упражнение «Портрет»	28.02		28.02	
2.	Работа со сказкой «Превращение», «Марго»	03.03		03.03	
3.	Уверенность в себе и милосердие. Качества милосердного человека.	07.03		07.03	
4.	Ситуации «С кем бы я мог согласиться?»	10.03		10.03	
5.	Уверенность в себе и непокорность. Упражнение «Портрет»	14.03		14.03	
6.	Упражнения «Закончи предложение», «Корзина непослушания»	17.03		17.03	
7.	Работа со сказкой «Сказка про телефончик»	21.03		21.03	
	Конфликты и их роль в усилении Я				
8.	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	24.03		24.03	
9.	Стиль входа в конфликт. Рисунок моего стиля.	28.03		28.03	
10.	Основные стили поведения в конфликте.	31.03		31.03	
11.	Конфликтные ситуации	11.04		11.04	
12.	Работа со сказкой «Сказка про цветной снег»	14.04		14.04	
13.	Конструктивное разрешение конфликтов	18.04		18.04	
14.	Как оставаться спокойным	21.04		21.04	
15.	Работа со сказкой «Подумай обо мне»	25.04		25.04	
16.	Конфликт как возможность развития	28.04		28.04	
17.	Работа со сказкой «Верба» (И.Орлова)	02.05		02.05	
18.	Ситуации «В чем выгода?»	05.05		05.05	
19.	Работа со сказкой «Город»	12.05		12.05	
	Ценности и их роль в жизни человека				
20.	Что такое ценности? Я в будущем	16.05		16.05	
21.	Работа со сказкой «Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный»	19.05		19.05	
22.	Ценности и жизненный путь человека	23.05		23.05	
23.	Мои ценности.	26.05		26.05	

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ ОБУЧАЮЩИХСЯ:

Обучающиеся должны иметь следующие представления:

- об основных познавательных процессах – восприятии, памяти, мышлении; их значении для успешного обучения в школе;
- о внимании как необходимом компоненте любого психического процесса;

- о речи как средстве передачи информации, управления познавательными процессами и поведением, а также способе выражения мыслей и чувств;
- о методах и методиках диагностики и самодиагностики;
- сущность понятий «память»;
- особенности памяти;
- способы запоминания слов, информации, текста;
- зачем нужно иметь хорошую память;
- сущность понятий «внимание»;
- как тренировать своё внимание;
- сущность понятия «мышление».

Обучающиеся должны уметь

- использовать разные способы и приёмы запоминания информации, текста, стихотворения;
- использовать приёмы запоминания в учебной и внеурочной деятельности.
- произвольно управлять своим вниманием;
- обобщать предметы и понятия по разным признакам, параметрам;
- исключать предметы, понятия по разным признакам (форма, цвет, размер, расположение в пространстве);
- классифицировать предметы, понятия по признакам;
- устанавливать связи по аналогии;
- выделять главное и второстепенное;
- находить существенные признаки предмета;
- устанавливать отношения части и целого, общего и конкретного, вида- рода
- находить сходства и различия;
- выдвигать версии, аргументировать своё мнение;
- понимать скрытый смысл пословиц, поговорок.

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

1. Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум. - М., 2008г.
2. Кравцова М.М. «Дети изгой. Психологическая работа с проблемой».- М., 2009г.
3. Лебедева Л.Д. «Практика арт – терапии: подходы, диагностика, система занятий» - Спб., 2009г.
4. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения»-М., 2007г.
5. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я» - М.: Генезис, 2010г.

Электронный ресурс

Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
«Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>