

Приложение № 31  
к адаптированной **основной** образовательной программе  
**основного** общего образования для детей с задержкой психического развития  
Приказ № 616/о от 31.08.2022г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 20

**Адаптированная рабочая программа  
по индивидуально-групповым занятиям  
по коррекции нарушенных функций  
основное общее образование  
Класс: 5-9**

Составитель:  
Соболева В.Г.

г. Нижний Тагил  
2022 г.

## Пояснительная записка

Адаптация школьного образования предполагает в первую очередь обращенность к особенностям ребенка, его всестороннее развитие, создание благоприятных условий для раскрытия способностей.

В связи с этим комплексная психолого-педагогическая задача школьного обучения состоит в том, чтобы не только обеспечить усвоение совокупности конкретных знаний по школьным дисциплинам, но и сформировать у обучающихся представления об обобщенных приемах и способах выполнения различных умственных действий, что, в свою очередь, обеспечит лучшее усвоение конкретного предметно-учебного содержания.

Это и есть, с одной стороны, механизм умственного развития, а с другой стороны – это путь формирования психологической основы обучения, обладающей внутренним потенциалом развития, который позволит в будущем осуществляться не только саморазвитию и саморегуляции личности, но и эффективному самостоятельному приобретению знаний.

Среди учащихся в ОВЗ возрастает число детей с трудностями в обучении обусловленными в первую очередь недостаточным уровнем их когнитивно-личностного развития. Особенно это относится к детям, наиболее нуждающимся в психологической помощи,

- обучающимся коррекционных классов. Поэтому оказание действенной психологической помощи обучающимся с ЗПР на основном этапе обучения в настоящее время становится особенно актуальной задачей.

Внимание учащихся с ЗПР характеризуется повышенной отвлекаемостью, неустойчивостью, снижением способности распределять и концентрировать внимание.

Произвольное, произвольное внимание, а также свойства внимания (концентрация, переключаемость, устойчивость, наблюдательность, распределение) значительно развиваются в результате специальных упражнений.

Важную роль для ориентировки человека в окружающем мире играет память. У всех школьников с ЗПР наблюдаются недостатки памяти, при чем они касаются всех видов запоминания. В первую очередь у учащихся ограничен объем памяти и снижена прочность запоминания. Эти особенности влияют на запоминание как наглядного, так и словесного материала.

На коррекционных занятиях необходимо развивать те виды памяти, которые оказываются наименее развитыми у ребенка (зрительная, слуховая, словесно - логическая). Работу по формированию памяти целесообразно проводить на не учебном материале, в различных жизненных ситуациях. Важно научить детей понимать, что значит запомнить, научиться группировать материал, выделять опорные слова, составлять план, устанавливать смысловые связи, т.е. развивать не только механическую, но и произвольную память.

В развитии мыслительной деятельности учащихся с ЗПР обнаруживается значительное отставание и своеобразие. Это выражается в несформированности таких операций, как анализ и синтез, в неумении выделять существенные признаки предмета и делать обобщения, в низком уровне развития абстрактного мышления.

В процессе занятий необходимо научить рассматривать предмет или ситуацию с разных сторон, оперировать всеми необходимыми для решения задач данными.

Понятие образного мышления подразумевает оперирование образами, проведение различных операций (мыслительных) с опорой на представления. Поэтому необходимо уделять внимание формированию у детей умения создавать в голове различные образы, т.е. визуализировать.

Для учащихся с ЗПР наиболее сложными являются задачи проблемного характера. Им свойственно: поверхностное мышление, его направленность на случайные признаки, что особенно проявляется на словесно-логическом уровне. Через решение

логических задач развивается словесно-логическое мышление. Необходимо подбирать такие задачи, которые бы требовали индуктивного (от единичного к общему) и дедуктивного (от общего к единичному) умозаключения.

Решение мыслительных задач, которые трудно даются детям, рекомендуется выполнять с применением наглядности, постепенно снижая долю ее участия в мыслительном процессе.

Коррекционно – развивающая работа с детьми представляет собой организацию целостной осмысленной деятельности ребенка и педагога, проводимой в соответствии с определенными научно обоснованными принципами:

-Развитие умений и навыков, позволяющих в комплексе развивать познавательную деятельность и личность ребенка.

-Развитие умения думать, рассуждать, строить умозаключения, используя для этого диалог ребенка и учителя, в котором педагог задает вопросы, стимулирующие мышление.

-Развитие у учащихся основных (базовых) мыслительных операций и важнейших интеллектуальных умений, составляющих ядро любой познавательной деятельности человека.

-Коррекция и развитие понимания. Формирование умения понимать общий и переносный смысл слов, фраз, текстов.

Данная программа – это курс специальных индивидуальных и групповых занятий, направленных на развитие и коррекцию психических процессов и эмоционально-волевой сферы учащихся с ОВЗ. Занятия проводятся по утвержденному расписанию, продолжительность одного занятия составляет 40 минут.

При организации коррекционно-развивающей работы значительное внимание уделяется психологическим особенностям возрастных групп, индивидуальности детей, своеобразию их поведенческих и эмоциональных реакций. Коррекционно – развивающая работа с детьми с ОВЗ осуществляется по принципу дифференцированного и индивидуального подхода.

Индивидуальные занятия направлены на исправление недостатков психического развития этих детей, ликвидацию пробелов в знаниях.

Коррекционные занятия проводятся с учащимися по мере выявления индивидуальных пробелов в их развитии и обучении.

Учитываются возрастные черты мышления ученика. В разных классах могут быть использованы одни и те же методики и упражнения, но при этом меняется уровень их сложности. Универсальной формой коррекционных занятий является игра.

Цель программы: коррекция и развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы детей, направленная подготовка к усвоению ими учебного материала.

Задачи программы:

1. Диагностика, формирование, развитие, совершенствование и коррекция познавательных процессов у детей (восприятия, внимания, памяти, мышления, моторной деятельности).

2. Стимулирование интереса к учебной и игровой деятельности.

3. Формирование позитивной мотивации к учебной деятельности.

Участники программы: учащиеся с особыми образовательными потребностями (7-9 класс).

Одной из главных задач программы и одним из важных конкретных ее результатов является всестороннее развитие разных форм и видов мыслительного анализа и синтеза.

Целенаправленному и планомерному развитию подлежат как чувственные, так и логические их формы.

Процессы анализа и синтеза пронизывают всю познавательную деятельность обучающихся. Основное направление здесь состоит в формировании умения вычленять

отдельные признаки объектов, оперировать ими и интерпретировать их. Так, задачей развития сенсорной сферы является обогащение чувственного опыта обучающихся путем дифференцирования с разной степенью тонкости ощущений одной и той же модальности и одного и того же вида, сравнения их в том или ином отношении, включение ощущений в построение системы словесно-логических умозаключений.

Главная задача, решаемая в процессе развития восприятия, — научить не только выделять и анализировать отдельные признаки или свойства воспринимаемых объектов (цвет, форма), но и научиться осмысливать увиденное, активно включая в процесс восприятия мыслительную деятельность (например: задание «Все ли ты увидел?»; «Загадочные контуры» и др.).

При развитии внимания значение придается как формированию его устойчивости, так и распределению внимания, т.е. умению контролировать выполнение одновременно двух или больше действий. Такое умение также основывается на расчлененном, дифференцированном отражении различных параметров и условий деятельности («Исключение лишнего», «Невидящие и не слышащие» и др.).

Основным направлением в развитии памяти учащихся является формирование у них опосредованного запоминания, т.е. использования для запоминания вспомогательных средств, в том числе знаков-символов. Для этого требуется умение расчленять запоминаемые объекты на части, выделять в них различные свойства, устанавливать определенные связи и отношения между каким-либо из них и некоторой системой условных знаков («Подбери картинку», «Стихи и образы» и др.).

Важное значение придается всестороннему развитию мыслительной деятельности, а именно таких ее операций, как анализ, синтез, обобщение, абстрагирование, установление закономерностей, формирование логических операций. Путь от глобального, целостного к дифференцированному, конкретному реализуется в последовательности заданий: начиная с заданий, в которых требуется оперирование объектами, сильно отличающимися, и где, следовательно, осуществляется достаточно грубый их анализ, и переходя к заданиям с оперированием объектами, отличающимися одним - двумя признаками и, следовательно, требующими тонкого анализа. Таким образом, постепенно закладываются основы абстрактного мышления («Только одно свойство» и др.). Не менее важной является и подготовка мышления учащихся к переходу на более высокие уровни понятийного, и словесно-логического мышления, требования к которым в средней школе значительно повышаются. Поэтому на уроках психологического развития вырабатываются у учащихся умения определять соотношения конкретных и более общих понятий: «род-вид», «целое-часть», «причина-следствие» и др., формируются элементарные логические операции («Расположи слова», «Целое-часть», «Найди причину и следствие» и др.).

### **Содержание курса 5 класс**

**Тема 1.** Развитие креативного мышления. Первичное тестирование.

**Тема 2.** Развитие креативного мышления. Первичное тестирование.

**Тема 3.** Развитие мышления (вербальный анализ).

**Тема 4.** Развитие мышления (установление закономерностей).

**Тема 5.** Развитие мышления (существенные или не существенные признаки)

**Тема 6.** Развитие мышления (гибкость).

**Тема 7.** Развитие памяти.

**Тема 8.** Развитие внимания.

**Тема 9.** Развитие восприятия.

**Тема 10.** Рефлексия собственных личностных качеств.

**Тема 11.** Какие мы разные.

**Тема 12.** Рефлексия чувств.

**Тема 13.** Развитие умения дифференцировать чувства.

**Тема 14.** Познание своего поведения.

**Тема 15.** Развитие умения различать формы поведения.

**Тема 16.** Развитие умения различать эмоциональные состояния.

**Тема 17.** Рефлексия собственных личностных качеств. Итоговое тестирование.

### **Содержание курса 6 класс**

**Тема 1.** Что такое внимание. Первичное тестирование

**Тема 2.** Внимательные и невнимательные учащиеся. Тренинг «Самый внимательный»

**Тема 3.** Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, в транспорте

**Тема 4.** Упражнения на развитие внимания. Аутотренинг.

**Тема 5.** Почему возникает страх. Частые страхи. Тренинг «Победа над страхом»

**Тема 6.** Мозг и его тайны. Мозг и возможности человека.

**Тема 7.** Психика и мозг человека. Познавательные процессы

**Тема 8.** Запоминание, узнавание и воспроизведение различного по содержанию материала. Первичная диагностика

**Тема 9.** Упражнение на развитие памяти

**Тема 10.** О пользе забывания. Упражнения на развитие долговременной памяти

**Тема 11.** Эмоции. Побеждаем все тревоги.

**Тема 12.** Стресс в жизни человека. Упражнения «Как помочь себе в стрессовой ситуации»

**Тема 13.** Упражнение «Побеждаем все тревоги». Аутотренинг. Стресс в жизни человека.

**Тема 14.** Злость и агрессия. Диагностика. Упражнение «У меня появилась агрессия»

**Тема 15.** Гнев – хорошо это или плохо? Причины порождения гнева и способы его проявления.

**Тема 16.** Искусство общения. Как найти общий язык с людьми? Тренинг «Особенности моего гнева»

**Тема 17.** Эмоции. Тренинг «Управление эмоциями». Итоговая диагностика личностных особенностей.

### **Содержание курса 7 класс**

**Тема 1.** Определение уровня интеллектуального и личностного развития обучающихся. Диагностика познавательной и эмоционально-волевой сферы

**Тема 2.** Формирование внутреннего плана действий, овладение приемами самоконтроля и саморегуляции

**Тема 3.** Развитие рефлексивной деятельности. Формирование адекватной самооценки

**Тема 4.** Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, вербальной

- Тема 5.** Развитие произвольного внимания. Тест "Особенности внимания"
- Тема 6.** Развитие устойчивости и концентрации внимания. Игры и упражнения "Графический диктант", "Корректурная проба", "Путаница"
- Тема 7.** Распределение и переключение внимания. Обобщающее занятие
- Тема 8.** Развитие внимания в условиях коллективной деятельности. Игровые упражнения
- Тема 9.** Развитие сложных форм мышления: логического мышления, абстрагирование, установление закономерностей. Игры и упражнения "Имена", "Нарисуй и запомни"
- Тема 10.** Развитие словесно-логического мышления, построение умозаключений по аналогии
- Тема 11.** Эмоции. Эмоциональный словарь. Упражнение "Словарь чувств"
- Тема 12.** Чувства "полезные" и "вредные". Прием "Эмоциональный дневник"
- Тема 13.** Нужно ли управлять своими эмоциями? Упражнение "Чего бояться люди?"
- Тема 14.** Что такое страх? Побеждаем все тревоги. Упражнение "Как я зол?". Тренинги и упражнения.
- Тема 15.** Злость и агрессия. Тренинги и упражнения
- Тема 16.** Способы выражения чувств. Упражнение "Поиск способов безопасного выражения чувств"
- Тема 17.** Итоговая диагностика Повторение пройденного материала. Рефлексия

### **Содержание курса 8 класс**

- Тема 1.** Определение уровня интеллектуального и личностного развития. Диагностика
- Тема 2.** Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, вербальной
- Тема 3.** Развитие произвольного внимания. Упражнения на развитие внимания.
- Тема 4.** Развитие внимания в условиях коллективной деятельности. Упражнения на развитие внимания.
- Тема 5.** Развитие устойчивости и концентрации внимания. Тренинги.
- Тема 6.** Развитие сложных форм мышления: логического мышления, абстрагирование, установление закономерностей.
- Тема 7.** Развитие словесно-логического мышления, построение умозаключений по аналогии. Тренинги и упражнения.
- Тема 8.** Формирование внутреннего плана действий. Тренинги и упражнения.
- Тема 9.** Овладение приемами самоконтроля и саморегуляции. Аутотренинг.
- Тема 10.** Развитие рефлексивной деятельности. Рефлексия. Упражнения.
- Тема 11.** Самооценка. Формирование адекватной самооценки.
- Тема 12.** Мои эмоции. Эмоциональный словарь. Упражнение «Польза или вред эмоций»
- Тема 13.** Нужно ли управлять своими эмоциями? Побеждаем все тревоги. Тренинги и упражнения.
- Тема 14.** Злость и агрессия. Упражнения «Как я зол». Тренинг «Все под контролем»
- Тема 15.** Способы выражения чувств. Нужно ли управлять своими эмоциями?
- Тема 16.** Что такое страх? Упражнение «Как справиться со страхом»
- Тема 17.** Особенности характера и темперамента. Итоговая диагностика, заполнение листа достижений.

### **Содержание курса 9 класс**

- Тема 1.** Диагностика личностных особенностей. Понятие «характер», черты характера. Тест «Мой характер»
- Тема 2.** Понятие «воля». Волевые качества. Тест на развитие воли.
- Тема 3.** Понятие «общение», тесты на коммуникабельность, упражнение «Комплимент»
- Тема 4.** Развитие навыков самоконтроля. Упражнение «Как закончить сказку?»
- Тема 5.** Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, приемам самоконтроля.

- Тема 6.** Элементы аутотренинга. Упражнение «Что нужно для счастья»
- Тема 7.** Самооценка. Определение уровня самооценки. Тренинги и упражнения.
- Тема 8.** Трудности взаимопонимания. Все мы разные. Упражнение «Мои проблемы», «Список претензий»
- Тема 9.** Неуверенность в себе. Упражнение «Копилка»
- Тема 10.** Конфликт. Разрешение конфликтных ситуаций. Тренинги и упражнения.
- Тема 11.** Толерантность. Диагностика уровня сформированности толерантности.
- Тема 12.** Методы тренировки внимания, эффективного запоминания, тренировки мышления.
- Тема 13.** Игры и упражнения на развитие объема, устойчивости и концентрации внимания.
- Тема 14.** Игры и упражнения на развитие разных видов памяти и точности запоминания
- Тема 15.** Развитие творческого мышления
- Тема 16.** Личностные особенности и выбор профессии. Диагностика личностных особенностей.
- Тема 17.** Познавательные процессы и выбор профессии. Итоговая диагностика.

## Тематическое планирование

5 класс

Номер	Тема	Кол-во часов в неделю в соответствии с учебным планом	Кол-во часов в неделю в соответствии с планом внеурочной деятельности
1	Развитие креативного мышления. Первичное тестирование.	2	1
	Развитие креативного мышления. Первичное тестирование.	2	1
2	Развитие мышления (анализ через синтез).	2	1
	Развитие мышления (анализ через синтез).	2	1
3	Развитие мышления (вербальный анализ).	2	1
	Развитие мышления (вербальный анализ).	2	1
4	Развитие мышления (установление закономерностей).	2	1
	Развитие мышления (установление закономерностей).	2	1
5	Развитие мышления (существенные или не существенные признаки)	2	1
	Развитие мышления (существенные или не существенные признаки)	2	1
6	Развитие мышления (гибкость).	2	1
	Развитие мышления (гибкость).	2	1
7	Развитие памяти.	2	1
	Развитие памяти.	2	1
8	Развитие внимания.	2	1
	Развитие внимания	2	1
9	Развитие восприятия.	2	1
	Развитие восприятия.	2	1
10	Рефлексия собственных личностных качеств.	2	1
	Рефлексия собственных личностных качеств.	2	1
11	Какие мы разные.	2	1
	Какие мы разные.	2	1
12	Рефлексия чувств.	2	1
	Рефлексия чувств.	2	1
13	Развитие умения дифференцировать чувства.	2	1
	Развитие умения дифференцировать чувства.	2	1
14	Познание своего поведения.	2	1
	Познание своего поведения.	2	1
15	Развитие умения различать формы поведения.	2	1
	Развитие умения различать формы поведения.	2	1
16	Развитие умения различать эмоциональные состояния.	2	1
	Развитие умения различать эмоциональные состояния.	2	1
17	Рефлексия собственных личностных качеств. Итоговое тестирование.	2	1
	Рефлексия собственных личностных качеств. Итоговое тестирование.	2	1
<b>Итого часов в год</b>		<b>68</b>	<b>34</b>
<b>Всего часов в год</b>		<b>102</b>	

## Тематическое планирование

6 класс

Номер	Тема	Кол-во часов в неделю в соответствии с учебным планом	Кол-во часов в неделю в соответствии с планом внеурочной деятельности
1	Что такое внимание. Первичное тестирование	0,5	2,5
	Что такое внимание. Первичное тестирование	0,5	2,5
2	Внимательные и невнимательные учащиеся. Тренинг «Самый внимательный»	0,5	2,5
	Внимательные и невнимательные учащиеся. Тренинг «Самый внимательный»	0,5	2,5
3	Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, в транспорте	0,5	2,5
	Что такое внимательность в поведении человека в школе, дома, в гостях, в транспорте	0,5	2,5
4	Упражнения на развитие внимания. Аутотренинг.	0,5	2,5
	Упражнения на развитие внимания. Аутотренинг.	0,5	2,5
5	Почему возникает страх. Частые страхи. Тренинг «Победа над страхом»	0,5	2,5
	Почему возникает страх. Частые страхи. Тренинг «Победа над страхом»	0,5	2,5
6	Мозг и его тайны. Мозг и возможности человека	0,5	2,5
	Мозг и его тайны. Мозг и возможности человека	0,5	2,5
7	Психика и мозг человека. Познавательные процессы	0,5	2,5
	Психика и мозг человека. Познавательные процессы	0,5	2,5
8	Запоминание, узнавание и воспроизведение различного по содержанию материала. Первичная диагностика	0,5	2,5
	Запоминание, узнавание и воспроизведение различного по содержанию материала. Первичная диагностика	0,5	2,5
9	Упражнение на развитие памяти. Внимание на уроках.	0,5	2,5
	Упражнение на развитие памяти. Внимание на уроках.	0,5	2,5
10	О пользе забывания. Упражнения на развитие долговременной памяти	0,5	2,5
	О пользе забывания. Упражнения на развитие долговременной памяти	0,5	2,5
11	Эмоции. Побеждаем все тревоги	0,5	2,5
	Эмоции. Побеждаем все тревоги	0,5	2,5
12	Стресс в жизни человека. Упражнения «Как помочь себе в стрессовой ситуации»	0,5	2,5
	Стресс в жизни человека. Упражнения «Как помочь себе в стрессовой ситуации»	0,5	2,5
13	Упражнение «Побеждаем все тревоги». Аутотренинг. Стресс в жизни человека.	0,5	2,5
	Упражнение «Побеждаем все тревоги». Аутотренинг. Стресс в жизни человека.	0,5	2,5
14	Злость и агрессия. Диагностика. Упражнение «У меня	0,5	2,5

	появилась агрессия»		
	Злость и агрессия. Диагностика. Упражнение «У меня появилась агрессия»	0,5	2,5
15	Гнев – хорошо это или плохо? Причины порождения гнева и способы его проявления.	0,5	2,5
	Гнев – хорошо это или плохо? Причины порождения гнева и способы его проявления.	0,5	2,5
16	Искусство общения. Как найти общий язык с людьми? Тренинг «Особенности моего гнева»	0,5	2,5
	Искусство общения. Как найти общий язык с людьми? Тренинг «Особенности моего гнева»	0,5	2,5
17	Эмоции. Тренинг «Управление эмоциями». Итоговая диагностика личностных особенностей.	0,5	2,5
	Эмоции. Тренинг «Управление эмоциями». Итоговая диагностика личностных особенностей.	0,5	2,5
<b>Итого часов в год</b>		<b>17</b>	<b>85</b>
<b>Всего часов в год</b>		<b>102</b>	

## Тематическое планирование

7 класс

Номер	Тема	Кол-во часов в неделю в соответствии с планом внеурочной деятельности
1	Определение уровня интеллектуального и личностного развития обучающихся. Диагностика познавательной и эмоционально-волевой сферы	3
	Определение уровня интеллектуального и личностного развития обучающихся. Диагностика познавательной и эмоционально-волевой сферы	3
2	Формирование внутреннего плана действий, овладение приемами самоконтроля и саморегуляции	3
	Формирование внутреннего плана действий, овладение приемами самоконтроля и саморегуляции	3
3	Развитие рефлексивной деятельности. Формирование адекватной самооценки	3
	Развитие рефлексивной деятельности. Формирование адекватной самооценки	3
4	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, вербальной	3
	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, вербальной	3
5	Развитие произвольного внимания. Тест «Особенности внимания»	3
	Развитие произвольного внимания. Тест «Особенности внимания»	3
6	Развитие устойчивости и концентрации внимания. Игры и упражнения «Графический диктант», «Корректирующая проба», «Путаница»	3
	Развитие устойчивости и концентрации внимания. Игры и упражнения «Графический диктант», «Корректирующая проба», «Путаница»	3
7	Распределение и переключение внимания. Обобщающее занятие	3
	Распределение и переключение внимания. Обобщающее занятие	3
8	Развитие внимания в условиях коллективной деятельности. Игровые упражнения	3
	Развитие внимания в условиях коллективной деятельности. Игровые упражнения	3
9	Развитие сложных форм мышления: логического мышления, абстрагирование, установление закономерностей. Игры и упражнения «Имена», «Нарисуй и запомни»	3
	Развитие сложных форм мышления: логического мышления, абстрагирование, установление закономерностей. Игры и упражнения «Имена», «Нарисуй и запомни»	3
10	Развитие словесно-логического мышления, построение умозаключений по аналогии	3
	Развитие словесно-логического мышления, построение умозаключений по аналогии	3
11	Эмоции. Эмоциональный словарь. Упражнение «Словарь чувств»	3
	Эмоции. Эмоциональный словарь. Упражнение «Словарь чувств»	3

12	Чувства «полезные» и «вредные». Прием «Эмоциональный дневник»	3
	Чувства «полезные» и «вредные». Прием «Эмоциональный дневник»	3
13	Нужно ли управлять своими эмоциями? Упражнение «Чего боятся люди?»	3
	Нужно ли управлять своими эмоциями? Упражнение «Чего боятся люди?»	3
14	Что такое страх? Побеждаем все тревоги. Упражнение «Как я зол?». Тренинги и упражнения.	3
	Что такое страх? Побеждаем все тревоги. Упражнение «Как я зол?». Тренинги и упражнения.	3
15	Злость и агрессия. Тренинги и упражнения	3
	Злость и агрессия. Тренинги и упражнения	3
16	Способы выражения чувств. Упражнение " Поиск способов безопасного выражения чувств"	3
	Способы выражения чувств. Упражнение " Поиск способов безопасного выражения чувств"	3
17	Итоговая диагностика Повторение пройденного материала. Рефлексия	3
	Итоговая диагностика Повторение пройденного материала. Рефлексия	3
<b>Итого часов в год</b>		<b>102</b>

## Тематическое планирование

8 класс

Номер	Тема	Кол-во часов в неделю в соответствии с планом внеурочной деятельности
1	Определение уровня интеллектуального и личностного развития. Диагностика	3
	Определение уровня интеллектуального и личностного развития. Диагностика	3
2	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, вербальной	3
	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, вербальной	3
3	Развитие произвольного внимания. Упражнения на развитие внимания	3
	Развитие произвольного внимания. Упражнения на развитие внимания	3
4	Развитие внимания в условиях коллективной деятельности. Упражнения на развитие внимания.	3
	Развитие внимания в условиях коллективной деятельности. Упражнения на развитие внимания.	3
5	Развитие устойчивости и концентрации внимания. Тренинги.	3
	Развитие устойчивости и концентрации внимания. Тренинги.	3
6	Развитие сложных форм мышления: логического мышления, абстрагирование, установление закономерностей.	3
	Развитие сложных форм мышления: логического мышления, абстрагирование, установление закономерностей.	3
7	Развитие словесно-логического мышления, построение умозаключений по аналогии. Тренинги и упражнения.	3
	Развитие словесно-логического мышления, построение умозаключений по аналогии. Тренинги и упражнения.	3
8	Формирование внутреннего плана действий. Тренинги и упражнения.	3
	Формирование внутреннего плана действий. Тренинги и упражнения	3
9	Овладение приемами самоконтроля и саморегуляции. Аутотренинг.	3
	Овладение приемами самоконтроля и саморегуляции. Аутотренинг.	3
10	Развитие рефлексивной деятельности. Рефлексия. Упражнения.	3
	Развитие рефлексивной деятельности. Рефлексия. Упражнения	3
11	Самооценка. Формирование адекватной самооценки.	3
	Самооценка. Формирование адекватной самооценки	3
12	Мои эмоции. Эмоциональный словарь. Упражнение «Польза или вред эмоций»	3
	Мои эмоции. Эмоциональный словарь. Упражнение «Польза или вред эмоций»	3
13	Нужно ли управлять своими эмоциями? Побеждаем все тревоги. Тренинги и упражнения.	3
	Нужно ли управлять своими эмоциями? Побеждаем все тревоги. Тренинги и упражнения.	3
14	Игры и упражнения на развитие разных видов памяти и точности запоминания	3

	Игры и упражнения на развитие разных видов памяти и точности запоминания	3
15	Способы выражения чувств. Нужно ли управлять своими эмоциями?	3
	Способы выражения чувств. Нужно ли управлять своими эмоциями?	3
16	Что такое страх? Упражнение «Как справиться со страхом»	3
	Что такое страх? Упражнение «Как справиться со страхом»	3
17	Особенности характера и темперамента. Итоговая диагностика, заполнение листа достижений.	3
	Особенности характера и темперамента. Итоговая диагностика, заполнение листа достижений.	3
<b>Итого часов в год</b>		<b>102</b>

## Тематическое планирование

9 класс

Номер	Тема	Кол-во часов в неделю в соответствии с планом внеурочной деятельности
1	Диагностика личностных особенностей. Понятие «характер», черты характера. Тест «Мой характер»	3
	Диагностика личностных особенностей. Понятие «характер», черты характера. Тест «Мой характер»	3
2	Понятие «воля». Волевые качества. Тест на развитие воли.	3
	Понятие «воля». Волевые качества. Тест на развитие воли.	3
3	Понятие «общение», тесты на коммуникабельность, упражнение «Комплимент»	3
	Понятие «общение», тесты на коммуникабельность, упражнение «Комплимент»	3
4	Развитие навыков самоконтроля. Упражнение «Как закончить сказку?»	3
	Развитие навыков самоконтроля. Упражнение «Как закончить сказку?»	3
5	Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, приемам самоконтроля.	3
	Обучение приемам поведения в стрессовой ситуации, приемам самоконтроля	3
6	Элементы аутотренинга. Упражнение «Что нужно для счастья»	3
	Элементы аутотренинга. Упражнение «Что нужно для счастья»	3
7	Самооценка. Определение уровня самооценки. Тренинги и упражнения.	3
	Самооценка. Определение уровня самооценки. Тренинги и упражнения.	3
8	Трудности взаимопонимания. Все мы разные. Упражнение «Мои проблемы», «Список претензий»	3
	Трудности взаимопонимания. Все мы разные. Упражнение «Мои проблемы», «Список претензий»	3
9	Неуверенность в себе. Упражнение «Копилка»	3
	Неуверенность в себе. Упражнение «Копилка»	3
10	Конфликт. Разрешение конфликтных ситуаций. Тренинги и упражнения.	3
	Конфликт. Разрешение конфликтных ситуаций. Тренинги и упражнения.	3
11	Толерантность. Диагностика уровня сформированности толерантности.	3
	Толерантность. Диагностика уровня сформированности толерантности.	3
12	Методы тренировки внимания, эффективного запоминания, тренировки мышления	3
	Методы тренировки внимания, эффективного запоминания, тренировки мышления	3
13	Игры и упражнения на развитие объема, устойчивости и	3

	концентрации внимания.	
	Игры и упражнения на развитие объема, устойчивости и концентрации внимания.	3
14	Игры и упражнения на развитие разных видов памяти и точности запоминания	3
	Игры и упражнения на развитие разных видов памяти и точности запоминания	3
15	Развитие творческого мышления	3
	Развитие творческого мышления	3
16	Личностные особенности и выбор профессии. Диагностика личностных особенностей	3
	Личностные особенности и выбор профессии. Диагностика личностных особенностей	3
17	Познавательные процессы и выбор профессии. Итоговая диагностика	3
	Познавательные процессы и выбор профессии. Итоговая диагностика	3
<b>Итого часов в год</b>		<b>102</b>