**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Ботовская школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено: | 2016-10-03 14-06-52_0216Утверждено: |
| Педсовет от 31.08 2023 г. № 1 | Приказ от 31.08.2023 г. № 355  Директор школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.А.Крупнова |

ПРОГРАММА коррекционных занятий

по развитию когнитивных навыков и эмоционально – волевой сферы

обучающихся 8-9 классов

Педагог – психолог: С.В. Шушкова

д. Ботово

2023 – 2024 учебный год

# 1. Пояснительная записка

В современной психологии под подростковым возрастом понимается период от 10 – 11 до 11 – 15 лет, соответствующий началу перехода от детства к юности. Переход к подростковому возрасту характеризуется глубокими изменениями, влияющими на личностное развитие ребенка.

Существенные изменения происходят в эмоционально-волевой сфере подростка. Эмоции в данном возрасте отличаются большой силой и трудностью в их управлении. В связи с этим учащимся среднего звена свойственны неумение сдерживать себя, слабость самоконтроля, резкость в поведении, вспыльчивость, бурное проявление чувств. В этот возрастной период особенно остры и тяжелы межличностные проблемы для подростков застенчивых, тревожных, с заниженной самооценкой, с выраженными трудностями в сфере общения. Неподготовленному ребенку очень трудно решать возникающие проблемы без потерь, нервных срывов и даже заболеваний. Дезадаптация личности при недостаточном развитии механизмов устойчивости личности приводит к нарушению психологического здоровья, дезорганизации поведения. Личность может поддерживать свою целостность и противостоять негативным воздействиям среды только через устойчивость и постоянство активных отношений.

Касаясь познавательной сферы то здесь, если по каким-либо причинам с ребенком не проводились занятия, направленные на развитие памяти, мышления, восприятия, внимания в дошкольном и младшем школьном возрасте, то это еще не поздно сделать в подростковом возрасте. Развитие познавательных способностей позволит подросткам более успешно усваивать материал программы средней школы.

Возникающие трудности на данном возрастном этапе в познавательной и эмоционально-волевой сферы значительно затрудняет гармоничное развитие ребенка. Поэтому необходима система мероприятий направленных на сглаживание и устранение возникших трудностей у детей этого периода.

Рабочая программа направлена на последовательное и планомерное повышение уровня познавательного развития и стабилизацию эмоционально-волевого фона.

Данная программа предназначена для работы с детьми подросткового возраста (школьниками 8-9 классов) с ОВЗ и направлена на последовательное и планомерное повышение уровня познавательного развития и стабилизацию эмоционально-волевого фона.

Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития детей с ОВЗ.

Рабочая программа психокоррекционного развития когнитивной и эмоционально-волевой сферы состоит из II блоков, общее количество часов по программе 68.

Первый блок направлен на развитие и коррекцию познавательной сферы. Задания адаптируются по объему и содержанию в зависимости от актуального развития ребенка, которое определяется на входящей (первичной) диагностике.

Второй блок программы направлен на развитие и коррекцию эмоционально-волевой сферы: снижение уровня тревожности, агрессивности, стабилизацию эмоционального фона, коррекцию негативных личностных отклонений, коррекцию девиантного поведения, повышение самооценки, формирование коммуникативных навыков общения, повышение уровня школьной мотивации.

I блок. Развитие познавательной сферы.

Особенностью данного блока является направленность не только на формирование когнитивных знаний,  но и на анализ и синтез изучаемого материала. А, так же на закладывание эмоционально-личностного отношения к получаемым метазнаниям: стремление доказывать свою точку зрения, критически осмысливать свой ответ, положительно-эмоционально относиться к изучаемому материалу и к учению в целом, формирование адекватной самооценки.

Цель блока: психокоррекция познавательно-личностного развития ребенка, развитие самостоятельности, способности к рассуждению, самоконтролю, стремлению отстаивать свое мнение.

Задачи:

1. Развить восприятие как интеллектуального процесса, в основе которого лежит активный поиск признаков, необходимых для формирования образа предмета.
2. Улучшить качество непроизвольного и после произвольного внимания.
3. Увеличить объем внимания.
4. Развить разнообразные виды памяти (наглядно-образную, словесно-логическую, эмоциональную память) и свойств (объем, прочность, точность, организованность).
5. Развить абстрактное мышление, его форм и основных операций (анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация, классификация).
6. Формировать функциональную грамотность.

Программой предусмотрены методы активного обучения: вербальные, наглядные, практические, аналитико-синтетические, индуктивные, дедуктивные, объяснительно-иллюстративные, проблемно-развивающие, показательные, монологические, диалогические, эвристические, исследовательские, алгоритмические, методы стимулирования, организации и контроля. Методы обучения определены возрастом учащихся.

Основной формой работы является индивидуальное занятие.

II блок. Развитие эмоционально-волевой сферы.

Существенные изменения происходят в эмоционально-волевой сфере подростка. Эмоции в данном возрасте отличаются большой силой и трудностью в их управлении. В связи с этим учащимся среднего звена свойственны неумение сдерживать себя, слабость самоконтроля, резкость в поведении, вспыльчивость, бурное проявление чувств. В этот возрастной период особенно остры и тяжелы межличностные проблемы для подростков застенчивых, тревожных, с заниженной самооценкой, с выраженными трудностями в сфере общения.

Особенностью данного блока является направленность на коррекцию и развитие эмоционально-волевой сферы, на повышение уровня произвольной регуляции поведения, регулирующих эмоциональные проявления в межличностных отношениях, потребности в общении, развития эмпатии и адекватных навыков сотрудничества с окружающими.

Цель блока: развитие и коррекция нарушений эмоционально-волевой сферы подростков.

Задачи:

1. Снизить эмоциональное напряжение, уровень тревожности, агрессивности.
2. Стабилизировать эмоциональный фон.
3. Развить навыки понимания, выражения, и регулирования реальных чувств, эмоций, состояний, произвольности поведения.
4. Повысить активность, самостоятельность, уровень самооценки.
5. Корректировать негативные личностные отклонения.
6. Формировать коммуникативные навыки общения.
7. Повысить уровень школьной мотивации.
8. Способствовать развитию рефлексии.
9. Формировать функциональную грамотность.

Формы и методыреализации задач**:** основной формой работы является индивидуальное занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание индивидуальной работы составляют игры, продуктивно-творческая деятельность, релаксационные методы и динамические паузы, во время которых выполняются упражнения для глаз и физические упражнения для профилактики общего утомления, упражнения-энергизаторы, элементы психогимнастики, элементы арт-терапии (рисунок на заданную тему, раскрашивание мандал), элементы су-джок терапии, фонетической ритмики, дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой.

# 2. Содержание изучаемого курса

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Основное содержание занятия |
| 1 | Психодиагностика | Диагностика когнитивных процессов и ЭВС. |
| 2 | Концентрация и устойчивость внимания. | Особенности внимания. |
| 3 | Виды памяти. | Знакомство с видами памяти. |
| 4 | Виды мышления. | Знакомство с видами мышления. |
| 5 | Я хочу учиться. | Как замотивировать себя учиться. |
| 6 | ЭмоциЯ. | Виды эмоций, способы выражения эмоций. |
| 7 | Самооценка. | Что такое самооценка? |
| 8 | Моя работа над собой. | Учимся работать над собой. |
| 9 | Психодиагностика | Диагностика когнитивных процессов и ЭВС. |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Основное содержание занятия |
| 1 | Психодиагностика | Диагностика когнитивных процессов и ЭВС. |
| 2 | Основные мыслительные операции – анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация, классификация | Знакомство с основными мыслительными операциями. |
| 3 | Пространственные представления. | Что такое пространственные представления? |
| 4 | Координация движений. | Что такое координация движений? |
| 5 | Тревожность. | Виды тревожности. Способы преодоления тревожности. |
| 6 | СаморегуляциЯ. | Что такое саморегуляция. Приемы саморегуляции. |
| 7 | Агрессивность. | Виды агрессивности. Учимся преодолевать агрессивность. |
| 8 | Я ищу друга. | Дружба в жизни человека. |
| 9 | Психодиагностика | Диагностика когнитивных процессов и ЭВС. |

1. **Учебно – тематический план**

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятий** | **Количество часов** |
| 1 | Психодиагностика | 2 |
| 2 | Концентрация и устойчивость внимания. | 4 |
| 3 | Виды памяти. | 4 |
| 4 | Виды мышления. | 4 |
| 5 | Я хочу учиться | 4 |
| 6 | ЭмоциЯ | 5 |
| 7 | Самооценка | 5 |
| 8 | Моя работа над собой | 4 |
| 9 | Психодиагностика | 2 |
|  | Итого: | 34 часа |

9 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятий** | **Количество часов** |
| 1 | Психодиагностика | 2 |
| 2 | Основные мыслительные операции – анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, обобщение, конкретизация, классификация | 4 |
| 3 | Пространственные представления | 4 |
| 4 | Координация движений | 4 |
| 5 | Тревожность | 4 |
| 6 | СаморегуляциЯ | 5 |
| 7 | Агрессивность | 5 |
| 8 | Я ищу друга. | 4 |
| 9 | Психодиагностика | 2 |
|  | Итого: | 34 часа |

# 4. Список литературы

1. А.В. Микляева, П.В. Румянцева Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004-248 с.
2. Захаров В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг: Учебное пособие.- Л.,1989.
3. Зинкевич - Евстигнеева Т. Д., Тихонова Е. А. "Проективная диагностика в сказкотерапии". - СПб "РЕЧЬ", 2003.
4. Ильина М. В. "Чувствуем, познаём, размышляем". - М.: АРКТИ, 2004.
5. Истратова О. Н. "Практикум по детской психокоррекции: Игры, упражнения, техники". - Ростов-на-Дону "Феникс", 2008.
6. Карелина И. О. "Эмоциональное развитие детей". - Ярославль: "Академия развития", 2006.
7. Кипнис М. "128 лучших игр и упражнений для любого тренинга. Как зарядить, оживить, настроить и сплотить группу". - М.: "aCT", СПб: Прайм - ЕВРОЗНАК, 2009.
8. Семинович А.В. Комплексная методика психомоторной коррекции // Под ред. А.В. Семенович, 1998 г.
9. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. – СПб.,2007.
10. Кряжева Н. Л. "Мир детских эмоций". - Ярославль: "Академия развития", 2001.
11. Леванова Е. А., Волошина А. Е. "Игра в тренинге. Возможности игрового взаимодействия". - ПИЕЕР, 2009 г.
12. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб., 2007.
13. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. Пособие для студ. высш.учеб. заведений. – М., 2001.
14. Локалова Р.П. "90 уроков психологического развития младших школьников". - М.: 1995.
15. Любимова Т. Е. "Учить не только мыслить, но и чувствовать". - Чебоксары: "КЛИО", 1994.
16. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. –СПб.: Речь., 2001.
17. Макартычева Г.И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей. – СПб.: Речь, 2007.
18. Микляева А.В., П. В. Румянцева «Трудный класс» Диагностическая и [коррекционная работа](http://pandia.ru/text/category/korrektcionnaya_rabota/)» Речь, С-П, 2007
19. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.,2006.
20. Никольская И. Л., Тигранова Л. И. "Гимнастика для ума" - М.: 1997
21. Подольский А.И., Идобаева О.А., Идобаев Л.А. Подросток в современном мире: Заметки психолога.- СПб.: КАРО, 2007.
22. Прихожан А.М. Развитие уверенности в себе и способности к самопознанию у детей 10-12 лет (программа курса занятий) // Развивающие и коррекционные программы для работы с младшими школьниками и подростками / Под ред. И. В. Дубровиной. Москва-Тула, 1993
23. Бабкина Н.В. Радость познания. - М.: 2000 г.
24. Прихожан А.М. К построению коррекционных программ по преодолению тревожности у подростков и юношей. – М., 1989.
25. Соковни И. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков: метод.  пособие под ред. И. Соковни. – 2-е изд.- М.: Просвещение, 2005.
26. Ромашкова Е.И. "Игровые модели интеллектуального досуга в семье и школе". - Владимир, 1997.
27. Ромек В. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб., 2002.
28. Семенович А.В. "Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза" - М.: ЕЕНЕЗИС, 2007 г.
29. Семенченко П.М. "399 задач для развития ребёнка". - М.: 2000
30. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие /Пер. с нем.: В 4-х томах. Т.1.-М.:Генезис, 2003.-160 с., ил.
31. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.: в 4-х томах Т.3. 2-е изд., Стер-М.: Генезис, 2003-160с., ил.
32. Черепанова Е.М. Психологический стресс: Помоги себе и ребенку: Книга для школьных психологов, родителей и учителей. – М., 1997.
33. Чистякова М.И. "Психогимнастика". - М: Просвещение, 1990
34. Битянова М.Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками //Под ред. Битяновой М. Р. - ПИЕЕР, 2002.
35. Вагапова Д.X. "Риторика в интеллектуальных играх и тренингах". -М.: Цитадель, 1999.
36. Васильев Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов. – СПб., 2002.
37. Вачков И.В. Основы технологии групповового тренинга. Психотехники: Учеб. пособие. – 2-е изд., переаб. и доп. – М., 2000.
38. Гунина Е. В. "Диагностика и коррекция мышления неуспевающих школьников". - КЛИО, 1997.
39. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте //Под ред. И. В. Дубровиной. - М.: Академия, 1995.