

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №48

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
от 27.08.2025



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАОУ СОШ № 48  
Л.Б. Пичугина  
приказ № 148-8  
«27» 08 2025

**Рабочая программа ООО**

**«Коррекционно-развивающие занятия для обучающихся с  
расстройством аутистического спектра на уровне основного  
общего образования. Психолого-педагогическое сопровождение»**

Екатеринбург, 2025

## **Оглавление**

Пояснительная записка .....	3
Цели программы.....	8
Задачи коррекционно-развивающего обучения детей с РАС.....	9
Методы и приемы работы с ребенком РАС.....	10
Основные направления коррекционной работы .....	11
Структура и особенности программы.....	11
Ожидаемые результаты .....	12
Способы контроля .....	14
Список литературы .....	15
Содержание курса .....	17
Календарно-тематическое планирование .....	22
7 класс.....	38

## **Пояснительная записка**

Обучающийся расстройствами аутистического спектра – это обучающийся, имеющий специфические нарушения развития, характеризующиеся качественным нарушением социального взаимодействия, коммуникации, ограниченными интересами и деятельностью, повторяющимся стереотипным поведением.

Стойкий и всеобъемлющий характер нарушений при РАС приводит к тому, что даже те учащиеся, которые успешно освоили начальный этап обучения, нуждаются в постоянной психолого-педагогической поддержке и создании специальных образовательных условий на уровне основного общего образования.

В соответствии с новыми стандартами одна из основных задач на сегодняшний день является овладение подростками с ОВЗ универсальными учебными действиями (личностными, регулятивными, познавательными, коммуникативными).

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования диктует внедрение новых подходов к созданию в школе системы комплексной помощи детям с ограниченными возможностями здоровья в освоении основной образовательной программы, нацеленной на преодоление недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся, развитие личности обучающихся с ОВЗ в соответствии с требованиями современного общества, обеспечивающими возможность их успешной социализации и социальной адаптации.

Многочисленные нарушения аффективной сферы влекут за собой серьезные поведенческие проблемы. Поведение детей с аутизмом крайне своеобразно. Им свойственны тревожность, стереотипность поведения, страхи, погруженность в себя. Эти состояния могут сочетаться с повышенной возбудимостью, расторможенностью; агрессией и самоагressией; с негативной реакцией на любые изменения привычного образа жизни, в том числе на изменения пищи, одежды, маршрута прогулок. При этом ребенок не жалуется, а напротив, еще больше отгораживается от каких-либо контактов, прибегает к аутостимуляциям для устранения возникшего дискомфорта. Дети с аутизмом испытывают страх перед любыми изменениями в привычном для них образе жизни. Они могут быть непонятны окружающим. Испытывая страх, зачастую не могут объяснить, что именно их пугает. Таких детей могут пугать объекты, издающие резкие звуки; возможны особые страхи, связанные с тактильной сверхчувствительностью.

Важной поведенческой особенностью является активный негативизм ребенка, выражющийся в отказе ребенка выполнять какие-либо действия совместно со взрослым, уход от ситуации обучения и произвольной организации. Проявления негативизма могут сопровождаться физическим сопротивлением, криком, агрессией и самоагressией. Мощным средством защиты от травмирующих впечатлений является аутостимуляция. Нужные впечатления достигаются чаще всего раздражением собственного тела: они способствуют сглаживанию неприятных впечатлений, идущих из внешнего мира. В угрожающей ситуации интенсивность аутостимуляций нарастает, она бывает настолько интенсивной, что может причинить физическую боль самому ребенку. Острота поведенческих проблем варьируется в зависимости от степени выраженности аутизма.

Дети с РАС быстро устают, могут истощаться и перевозбуждаться, имеют

выраженные проблемы организации внимания, сосредоточения на речевой инструкции, ее полного понимания. Характерна задержка в социальном развитии. Трудности взаимодействия с людьми и меняющимися обстоятельствами проявляются в том, что, осваивая навыки взаимодействия и социальные правила поведения, дети стереотипно следуют им и теряются при неподготовленном требовании их изменения. В отношениях с проявляют задержку эмоционального развития, социальную незрелость, наивность.

Программа коррекционно – развивающих занятий направлена на коррекцию данных психологических особенностей и разработана в соответствии с:

- Законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последними изменениями).
- Приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последними изменениями)
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- Федеральным законом РФ от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26).

**Данная программа разработана для обучающегося 7-го класса с учетом уже полученных ими знаний, компетенций и навыков в рамках обучения по предыдущей программе коррекционных занятий.**

### **Цели программы**

- создание условий для успешной социализации личности ребёнка с расстройством аутистичного спектра (РАС) и формирования положительного отношения к учению;<sup>9</sup>
- развитие когнитивной сферы обучающегося через коррекционно-развивающую работу по развитию познавательной и эмоционально-волевой сферы для подготовки к восприятию нового учебного материала в младшем звене.
- реализация индивидуального и личностного подхода в обучении, для полноценного развития школьника.

### **Задачи коррекционно-развивающего обучения детей с РАС**

- Совершенствование и коррекция высших психических функций и познавательной деятельности ребенка.
- Совершенствование и коррекция эмоционально – волевой сферы: овладение регулятивным поведением (преодоление трудностей в организации

целенаправленного поведения), развитие внутренней активности, формирование адекватной самооценки, формирование поведения адекватного социальным нормам.

- Формирование коммуникативных функций: умение владеть вербальными и невербальными средствами передачи информации, умение общаться поддержать беседу, диалог.
- Развитие социально-адаптивных функций, коммуникативных навыков (учить ребенка приветствовать других людей, прощаться, соблюдать правила поведения, выполнять требования взрослых, способствовать обучению различным формам взаимодействия).
- Формирование эмоционального контакта в процессе эмоциональных игр, создание эмоционально положительного настроя.
- Формирование позитивной учебной мотивации.

### **Методы и приемы работы с ребенком РАС**

В коррекционно-развивающей работе применяются следующие приемы и методы:

- использование дозированной педагогической помощи (обучающей, стимулирующей, организующей, направляющей);
- пошаговость предъявления материала;
- использование заданий в наглядно-действенном и наглядно - образном плане;
- речевое проговаривание действий на каждом этапе обучения;
- учет индивидуально-психологических и возрастных особенностей; 11
- эмоционально окрашенная подача материала.

Коррекционная работа осуществляется в рамках целостного подхода к воспитанию и развитию ребенка.

### **Основные направления коррекционной работы**

1. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие зрительной памяти и внимания;
- формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);
- развитие пространственных представлений и ориентации;
- развитие представлений о времени;
- развитие слухового внимания и памяти;
- развитие фонетико-фонематических представлений, формирование навыков звукового анализа.

2. Развитие основных мыслительных операций:

- навыков анализа, обобщения;
- навыков группировки и классификации;
- умения работать по словесной и письменной инструкции, алгоритму;
- умения планировать деятельность;
- развитие комбинаторных способностей.

3. Развитие различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;
- развитие словесно-логического мышления (умения видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

4. Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы.

5. Совершенствование представлений об окружающем мире и обогащение

словаря.

6. Развитие межполушарного взаимодействия.

### **Структура и особенности программы**

Программа составлена для учащегося 7-го класса, обучающегося по адаптированной образовательной программе для детей с РАС. Ребенку присвоен статус ребенка с ограниченными возможностями здоровья. У него выявлены трудности в обучении и социализации, обусловленные данным видом нарушения.

**Программа состоит из 34 занятий. Продолжительность занятий от 20 до 40 минут (в зависимости от эмоционального состояния ребенка, уровня работоспособности обучающегося). Занятия проводятся 1 раз в неделю.**

**Занятия проводятся индивидуально.**

Данную программу можно использовать как фрагментарно, так и комплексно. Темы, формы и цели занятий могут корректироваться в зависимости от результатов диагностики.

Игры и упражнения для занятий подбираются в соответствии с целями каждого конкретного занятия. Задания подбираются с учетом их направленности на развитие определенных структур личности, а также для удобства индивидуальной работы с ребенком. В процессе обучения возможно возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности. Для увеличения объема памяти, повышения устойчивости внимания, ускорения интеллектуальной деятельности во время занятий используются упражнения, игры, задания на развитие ВПФ.

Для коррекции эмоционально-волевой сферы, формирования у учащихся навыков саморегуляции, уверенного поведения, формирования адекватной самооценки в программе используются элементы психологического тренинга, мышечная релаксация, арт-терапевтические упражнения, музыко- и сказкотерапия.

### **Ожидаемые результаты**

Обучающийся будет или сможет:

- соотносить поступки и события с принятymi этическими принципами и моральными нормами;
- ориентироваться в социальных ролях и межличностных отношениях, накапливать опыт социального поведения,
- осваивать основные социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в школе;
- осознавать значения семьи в жизни человека и общества, вести диалог с другими людьми;
- участвовать в общественной жизни в пределах возрастных компетенций и психологических особенностей и сформированности жизненной компетенции;
- уметь соблюдать социальные правила поведения в ситуации фрустрации;
- уметь понимать и заявлять о своих трудностях, оценивать свои собственные силы и при необходимости попросить о помощи;
- уметь принимать и оказывать помощь;
- уметь понимать собственное эмоциональное состояние (усталости, чувства радости, печали, страха, гнева и др.) и при необходимости сообщать об этом социально приемлемым способом;
- уметь справиться со своими негативными эмоциями, знать и использовать способы преодоления своих эмоциональных состояний, в том числе простые приемы саморегуляции;

- развивать критическое мышление и умения противостоять манипуляциям, вовлечению в асоциальные группы подростков;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей;
- контролировать своё поведение в зависимости от ситуации.
- определять собственное отношение к явлениям современной жизни и формулировать свою точку зрения;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации.
- применять на практике правила личной безопасности;
- осознанно и произвольно строить речевые высказывания в устной и письменной форме;
- слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- учитывать позиции и мнения других людей, партнера по общению или деятельности, в том числе, в учебной деятельности;
- применять общепринятые правила социального взаимодействия с учетом конкретных обстоятельств ситуации общения;
- правильно определять пространственную и психологическую дистанцию в общении;
- управлять своим эмоциональным состоянием в процессе социального взаимодействия;
- строить свое поведение, опираясь на необходимые знания и представления о других людях;
- соотносить свои желания, стремления с интересами других людей;

### **Способы контроля**

- Тест Тулуз-Пьеррона;
- Таблицы Шульте,
- Корректурные пробы;
- Методика «Заучивание 10 слов» А.Р. Лурия;
- Методика опосредованного запоминания (по А.Н. Леонтьеву);
- «Исключение лишнего»;
- «Выделение существенных признаков»;
- «Числовые ряды»;
- Методика «Лесенка»;
- «Дом-Дерево-Человек»;
- Опросник Г. Шмишека, Л.Г. Почебут;
- «Закончи рисунок» (по П. Торрансу);
- Тест «Вербальная диагностика самооценки личности»;
- Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению; 15
- Методика «Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверькова, Е.В. Эйдман);
- Методика «Числовые ряды» (5-й субтест методики определения уровня умственного развития для младших подростков (ГИТ));
- Методика «Аналогии» (6-й субтест методики определения уровня умственного развития для младших подростков (ГИТ));
- «Методика изучения социализированности личности учащегося» М.И.

Рожкова;

- Наблюдение;
- Анкета на исследование уровня осмыслиения выбранной профессии.

### **Список литературы**

- 1) Аутизм. Методические рекомендации по коррекционной работе. Под ред. Морозова С.А. М., 2002.
- 2) Белинская Е.В. «Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников». - СПб.: Речь, 2006г
- 3) Высотина Т.Н., Демьянчук Л.Н. Программа психологической коррекции психических процессов у детей дошкольного возраста с ЗПР: СПб, изд. РГПУ им. И.А. Герцена, 2014.-67с.
- 4) Глозман Ж.М. Нейропсихологическое обследование: качественная и количественная оценка данных. —М.: смысл, 2012
- 5) Глозман Ж.М., Соболева А.Е. нейропсихологическая диагностика детей школьного возраста. М.: Смысл, 2013
- 6) Зинкевич—Евстигнеева Т.Д. Практикум по скажотерапии.—СПб., 2001
- 7) Катаева А.А., Стребелева Е.А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников. -М. 1991
- 8) Локалова Н.П. Как помочь слабоуспевающему школьнику. М., «Академия развития», 2002
- 9) Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников (психологическая программа для развития когнитивной сферы учащихся 1-4 классов). - М., «Академия развития», 2008
- 10) Метиева Л.А. Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии: сб.игрии игровых упражнений/Л.А.Метиева, Э.Я.Удалова.—М.:Книголюб, 2007
- 11) Микадзе Ю.В. Нейропсихология детского возраста: Учебное пособие. СПб.: Питер, 2013.
- 12) Морозов С.А. Детский аутизм и основы его коррекции. М., 2002. 6. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок: пути помощи. М., 1997.
- 13) Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. Выпуск 5. М., 2006. 8. Шанина Н.О. «Программа индивидуальной коррекционно — развивающей работы с детьми с РАС». Орел, 2007г
- 14) Психологический мониторинг уровня развития универсальных учебных действий у обучающихся 1-4 классов/сост. И.В. Возняк и др. — Волгоград: Учитель, 201416

### **Содержание программы**

Раздел 1. Вводное занятие. Создание атмосферы эмоционального комфорта.

Раздел 2. Диагностический блок. Тесты интеллектуального и личностного развития, уровень развития мотивации, обучающихся.

Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций. Пространственные представления. Развитие различных видов восприятия (пространственных, осязательных, временных), развитие глазомера. Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, моторной, опосредованной и проч. Овладение приемами осмысленного запоминания; развитие смысловой вербальной памяти.

Развитие видов воображения: активация свойств воображения. Развитие произвольного внимания. Развитие устойчивости и концентрации внимания. Развитие наглядно-образного мышления; формирование вербально-понятийного аппарата; Развитие сложных форм мышления (логического мышления): абстрагирование, установление закономерностей. Развитие словесно – логического мышления. Построение умозаключения по аналогии.

Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы. «Эмоции и чувства». Развитие навыков самообладания и самоанализа; внимания к самому себе, своим желаниям и переживаниям. Знакомство с эмоциями человека, распознавание своих эмоций, понимание причин, вызвавших данную эмоцию. Развитие умения адекватно выражать свои эмоции, поддерживать коммуникацию и контролировать свое эмоциональное состояние в ситуациях стресса, из-за изменения привычной среды и окружения. Развитие базовых умений и навыков рефлексии. «Я и другие». Осознание своего места в семье и понимание внутрисемейных отношений. Развитие социальных эмоций и навыков совместной деятельности. Формирование внимательных отношений друг к другу, переживание опыта социального доверия. Формирование адекватных способов взаимодействия и взаимопонимания с членами группы, развитие понимания смысла и разумности общепринятых скрытых социальных правил. Формируются базовые умения поддерживать социально приемлемым способом партнерские и дружеские отношения со сверстниками, одноклассниками.

«Социальные и коммуникативные навыки». Развитие языка жестов, мимики. Обучение искусству слушать других (смотреть на говорящего, воспринимать паузы в речи собеседника). Развитие умения поддержания социально приемлемой формы диалога, расширение возможности использования более сложных речевых «алгоритмов» в общении; развитие умение вести диалог более гибко, ориентируясь на эмоциональное состояние собеседника.

Раздел 5. Итоговая диагностика. Подведение итогов, определение динамики развития детей.

**Календарно-тематическое планирование  
коррекционно-развивающих занятий для обучающегося с РАС  
7 класс**

№ п/п	Примерные темы занятий	Кол-во часов	Примерное содержание занятий (варьируется в зависимости от эмоционального состояния)
<b>Раздел 1. Вводное занятие (1час)</b>			
1	Вводное занятие	1	Психодиагностические упражнения, создание положительной

			мотивации на занятия, знакомство.
--	--	--	-----------------------------------

**Раздел 2. Комплексное обследование детей. Определение первичного уровня развития (2 часа)**

1	Диагностические занятия	2	<p>Исследование общей осведомлённости и кругозора учащихся.</p> <p>Исследование сенсорных процессов.</p> <p>Исследование восприятия</p> <p>Представления о внешних свойствах предметов</p> <p>Исследование эмоционально-личностной сферы</p>
---	-------------------------	---	--

**Раздел 3. Развитие познавательной сферы и целенаправленное формирование высших психических функций (8 часов)**

1	Развитие различных видов памяти: слуховой, зрительной, моторной, опосредованной. Овладение приемами осмысленного запоминания; развитие смысловой вербальной памяти	1	Тренировка различных видов памяти, упражнения типа «Опиши картинку», «Инопланетяне», «Эстафета слов», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Развитие словесно-логической памяти, упражнения «Группировка слов», «Свяжи пару», «Ассоциации», «Ключевые слова», «Качание головой», «Ленивые восьмерки», Корректурная проба, Запомни изображения, Что изменилось, Логически-поисковые задания
2	Развитие видов воображения: активация свойств воображения	1	Развитие активного воображения с использованием арт-техник: «Чернильные пятна», «Свободное рисование», «Пальчиковое рисование», «Орнаменты», «Каракули»,

			<p>«Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», «Чернильное пятно», «Я мечтаю», логически-поисковые задания.</p>
3	<p>Развитие различных видов и форм восприятия (пространственных, осязательных, временных), развитие глазомера и зрительной моторной координации; развитие ориентировки во времени и в пространстве</p>	2	<p>Описание наглядно представленных объектов. Выделение значимых частей объекта. Значимые (функционально необходимые) и украшающие элементы. Анализ объектов по картинке.</p> <p>Угадывание предметов по признакам (мебель-4 ножки и крышка, стол). Загадывание наглядно представленных объектов.</p> <p>Формирование произвольности зрительного восприятия, дорисовывание незаконченных изображений.</p> <p>Развитие зрительной памяти в процессе рисования по памяти.</p> <p>Выделение нереальных элементов нелепых картинок.</p> <p>Профилактика зрения. Гимнастика для глаз.</p> <p>Развитие дифференцированных осязательных ощущений, их словесное обозначение.</p> <p>Моделирование расположения различных объектов по отношению друг к другу в ближнем и дальнем пространстве.</p> <p>Самостоятельное моделирование пространственных ситуаций (оставление простейших схем-планов</p>

			комнаты, ориентировка на листе бумаги разного формата (тетрадный, альбомный, ватман). Определение времени по часам.
4	Развитие произвольного внимания. Развитие устойчивости и концентрации внимания.	2	Игры и упражнения на развитие произвольного внимания:  «Корректурные пробы», «Назови, что видишь», «Корректировщик»,  «Шифровка», «Делай и рассказывай», «Таблицы Шульте»,  «Анаграммы», игра «Зоркий глаз», «Найди отличия».  «Шапка для размышлений», «Ленивые восьмерки», опиши дорогу, по которой ты ходишь в школу. опиши друга (учителя) не глядя на него (цвет глаз, волос, одежду), найди отличия в рисунках,  «Путанные линии», логически-поисковые задания.
5	Развитие наглядно-образного мышления; формирование вербально-понятийного аппарата	2	Упражнения на мышечную релаксацию;  «Графический диктант»;  Развитие мышления (анализ через синтез).  Развитие мышления (абстрагирование). Развитие пространственных представлений. Развитие словесно – логического мышления. Построение

			<p>умозаключения по аналогии.</p> <p>Развитие сложных форм мышления (логического мышления):</p> <p>абстрагирование, установление закономерностей.</p>
<p><b>Раздел 4. Развитие эмоционально-волевой сферы и коррекция мотивационной сферы (21 час)</b></p>			
1	<p>Развитие эмоциональной сферы.</p> <p>Формирование рефлексии личностных качеств. Развитие самооценки, умений принять себя;</p> <p>развитие умений дифференциации чувств.</p> <p>Коррекция мотивационной сферы</p> <p>(потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки и т. д.):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знакомство с самим собой. «Ее величество личность»</li> <li>• Самооценка. «Сходство и различие ваших «Я»» (я для себя, я для других)</li> <li>• Эмоции и настроение человека</li> <li>• Мысли и настроение. Как</li> </ul>	21	<p>Развитие навыков самообладания и самоанализа; внимания к самому себе, своим желаниям и переживаниям.</p> <p>Знакомство с эмоциями человека, распознавание своих эмоций, понимание причин, вызвавших данную эмоцию.</p> <p>Развитие умения адекватно выражать свои эмоции,</p> <p>поддерживать коммуникацию и контролировать свое эмоциональное состояние в ситуациях стресса, из-за изменения привычной среды и окружения.</p> <p>Развитие базовых умений и навыков рефлексии.</p> <p>Осознание своего места в семье и понимание внутрисемейных отношений. Развитие социальных эмоций и навыков совместной деятельности.</p> <p>Формирование внимательных отношений друг к другу, переживание опыта социального доверия.</p>

<p>управлять своим настроением?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Умей владеть собой» (я хозяин своего поведения)</li> <li>• Нужно ли подавлять эмоции?</li> <li>• «Восприятие себя. Какой я?»</li> <li>• Зачем человеку нужна уверенность в себе?</li> <li>• Защита от манипуляций</li> <li>• Быть собой, но в лучшем виде</li> <li>• Воля к победе</li> <li>• Источники уверенности в себе</li> <li>• Маски неуверенности</li> <li>• Я - это мое детство</li> <li>• Я - это мое настоящее. Я – это мое будущее.</li> <li>• Что такое конфликт.</li> </ul> <p>Конфликты дома, в школе, на улице.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как вести себя в конфликте?</li> </ul>	<p>Формирование адекватных способов взаимодействия и взаимопонимания с членами группы, развитие понимания смысла и разумности общепринятых скрытых социальных правил.</p> <p>Формируются базовые умения поддерживать социально приемлемым способом партнерские и дружеские отношения со сверстниками, одноклассниками.</p> <p>Развитие языка жестов, мимики.</p> <p>Обучение искусству слушать других (смотреть на говорящего, воспринимать паузы в речи собеседника). Развитие умения поддержания социально приемлемой формы диалога, расширение возможности использования более сложных речевых «алгоритмов» в общении; развитие умение вести диалог более гибко, ориентируясь на эмоциональное состояние собеседника.</p> <p>Работа с метафорическими картами (примеры техник):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнение «Мы ищем таланты»</li> <li>• Упражнение «Мастерская принятия решения»</li> <li>• Упражнение «Что будет если»</li> <li>• Упражнение «Любимый герой»</li> <li>• Упражнение «Хорошо-плохо»</li> <li>• Упражнение «Я и соцсети»</li> <li>• Упражнение «Маятник»</li> </ul>
---	---

			<p>Примеры упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие ты знаешь эмоции? Какое у тебя чаще всего бывает настроение?</li> <li>• Посмотри на фотографии людей и выбери те из них, где у них хорошее настроение. Почему ты так думаешь? Как распознать по лицу, какое настроение у человека?</li> <li>• Выбери любую фотографию. Расскажи, какое настроение у человека на фотографии. Придумай рассказ, почему у него такое настроение.</li> <li>• Послушай музыку (нейтральная, спокойная, быстрая, веселая, грустная, медленная). Какое настроение у музыки? Давай к каждому музыкальному фрагменту сделаем рисунок.</li> <li>• Беседа. Какое настроение у тебя сейчас? Какая музыка больше похожа на твое настроение? Выбери рисунок, который больше похож на твое настроение.</li> <li>• Беседа. Вспомни свое настроение вчера. Что ты при этом чувствовал и какие у тебя были при этом мысли? Умеешь ли ты влиять на свое настроение? Нужно ли ждать, пока плохое настроение само пройдет? Что нужно для этого сделать?</li> <li>• Составление таблицы «Такие мысли мне помогают» и «Такие</li> </ul>
--	--	--	--

		<p>мысли мне мешают». Например: «Я боюсь», «У меня не получится», «Все будет хорошо», «У меня получится», «Я справлюсь»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• К каждой мысли сделать рисунок настроения, который соответствует этой мысли.</li> <li>• Беседа. Как слова и мысли влияют на состояние человека?</li> </ul> <p>Упражнение. Ребенок вытягивает вперед руку. Учитель пытается опустить руку ребенка вниз, нажимая на нее сверху. Ребенок должен удержать руку, говоря при этом вслух «Я сильный!» на втором этапе выполняются те же самые действия, но уже со словами «Я слабый». Обсуждение. В каком случае ребенку было легче удерживать руку и почему.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Рисуем картинки в уме» под спокойную музыку</li> <li>• Беседа. Каждый взрослеющий человек задает себе вопрос «Кто я?». Иногда ответить на него труднее, чем решить сложную задачу. Ответь на этот вопрос письменно.</li> <li>• «Нарисуй свою любимую роль» Выбери свою любимую роль из написанных, нарисуй себя в ней. Обсуждение.</li> <li>• «Какой я?» напиши маленькое сочинение на тему «Какой я и чем отличаюсь от других»</li> </ul>
--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Ладошка». Обвести свою ладошку. В каждом пальчике напиши какое-нибудь свое хорошее качество.</li> <li>• «Автопортрет» Нарисовать или вылепить автопортрет.</li> </ul> <p>Обсуждение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рисунок «Каким меня видят друг и недруг». Обсуждение.</li> <li>• Упражнение «Герб». Нарисовать свой герб, отражающий характерные свойства личности.</li> </ul> <p>Обсуждение</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Беседа. Зачем человеку нужна уверенность в себе?</li> <li>• «Портрет уверенного человека» Если человек верит в себя, то какую одежду он носит? Как общается с друзьями? С родителями?</li> <li>• «В чем проблема?». Прослушать ситуации, определить, в чем проблема каждого подростка, что ему можно сказать, чем помочь.</li> <li>• «Ассоциации». Ответь на вопросы: «Если бы твоя уверенность была деревом, то каким?», «Если погодой, то какой?» и т.д.</li> <li>• «Символ моей веры в себя». Нарисуй символическое изображение «Вера в себя». Обсуждение рисунка.</li> <li>• Беседа. Каждому человеку необходимо знать, кто и что придает ему уверенность в себе.</li> <li>• Работа со сказкой «Про мальчика</li> </ul>
--	--	---

		<p>Неудоба». Обсуждение сказки.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Копилка источников уверенности». Назвать те качества, которые могут помочь человеку осознать свою уверенность.</li> <li>• «Маски неуверенности».</li> <li>• «Какое поведение у ребят?» определи, к какому варианту поведения относятся варианты реагирования ребят на ситуацию.</li> <li>• «Надень маску». Выполните действие, «надев» сначала маску застенчивости. Потом- самоуверенности, затем- уверенности.</li> <li>-Подойти и спросить: «Как тебя зовут?»</li> <li>-Улыбнуться</li> <li>-Спросить: «Как поживаешь?»</li> <li>• Работа со сказкой «Маленькая волна» К. Ступницкой.</li> <li>• «Закончи предложение». Сейчас ты превратился в маленького ребенка. Закончи предложение «Я люблю играть в ...»</li> <li>• «Детские воспоминания».</li> <li>• «Любимая игрушка». Послушай рассказы о любимых детских игрушках, а потом вспомни и нарисуй свои детские игрушки.</li> <li>• «Детская фотография». Для этого ребенок приносит заранее свои детские фотографии. Рассказ и обсуждение фотографий.</li> <li>• «Превратись в возраст». Невербально изобразить человека в возрасте новорожденного,</li> </ul>
--	--	--

		<p>5,10,15,20,40,60,80 лет. Поздороваться, как здоровается человек заданного возраста.</p> <p>• «Интервью». Представь, что мы с тобой встретились через 10 лет. Расскажи, чем ты сейчас занимаешься? Где бываешь по выходным? Живешь один или с родителями? Чем увлекаешься? И т.п.»</p> <p>• «Я в будущем». Раздели лист на две части и выполнни рисунки «Я сегодня и Я в будущем». Обсуждение рисунков.</p> <p>• «Самоанализ». Ответь письменно на три вопроса: -Я думаю что я...; - Другие считают, что я...»; - Мне хочется быть ...</p> <p>• «Самооценка». Изобрази в ряд 8 кружков, а затем быстро впиши в один кружок букву «Я». Чем ближе к левому краю стоит буква, тем ниже самооценка.</p> <p>• Дискуссия «Самое-самое». Запиши в тетради, что у тебя самое важное и самое ценное в жизни. Затем обсуждение каждого пункта.</p> <p>• «Моя вселенная». На альбомном листе начерти круг и от него лучи к другим кругам. В центре напиши «Я», а в других кругах- планетах напиши окончание предложений: -Мое любимое занятие, -мой любимый цвет,- мой лучший</p>
--	--	--

- друг,-мое любимое животное, - мое любимое время года,- мой любимый сказочный герой,- моя любимая музыка.
- «Анализ настроения». Вспомни свое настроение на протяжении последнего времени. Ответь на вопросы:
    - всегда ли ты был спокоен и весел?
    - всегда ли ты был внимательным и сосредоточенным?
    - были ли вспышки гнева?
    - Было ли неудобно за какое-то свое поведение?
    - от каких вредных привычек хотелось бы избавиться?
  - Беседа. Могут ли эмоции причинить вред человеку? Какой вред?
  - «Поставь балл». На бланке с перечисленными эмоциями (положительными и отрицательными)поставь баллы от 1 до 10 в зависимости от того, как часто ты ее используешь. Обсуждение
  - Рисунок конфликтной ситуации. Обсуждение.
  - «Эмоции в конфликте». Выбери из списка эмоций те, которые соответствуют началу конфликта, его пику, его окончанию.
  - «Стиль входа в конфликт». «Рисунок моего стиля».
  - Беседа. Как выглядит человек в конфликте? Опиши внешний

			<p>вид конфликтующих.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Конфликт - это хорошо или плохо?».</li> <li>• «Как оставаться спокойным?». Прочитай фразы и подчеркни те, которыми ты уже пользуешься для решения конфликта.</li> <li>• Работа со сказкой «Сказка про цветной снег»</li> </ul>
--	--	--	--

#### **Раздел 5. Итоговая диагностика (2 часа)**

1	Психодиагностические обследования	2	Определение динамики развития учащегося
---	-----------------------------------	---	---

**ИТОГО: 34 часа**