


Муниципальное общеобразовательное учреждение
Бельская средняя общеобразовательная школа
Тверской области

Согласовано на МО
учебного цикла
Протокол № 1 от 27.08 2020 года

Утверждено
на основании приказа № 03/01
от 03 сентября 2020 года
Директор МОУ БСОШ
А.И. Титов
А.И. Титов



Календарно-тематическое планирование

по коррекционно-развивающей программе

«Тропинка к своему «Я».

(психолого-педагогическое сопровождение)

Возрастная категория – подростковый возраст (6 класс)

Занятия в малой группе

на 2020 - 2021 учебный год

Составитель:
педагог-психолог
Т.А. Стрелкова

Календарно - тематическое планирование. 6 класс. 34 учебных часа.

№ п/п	Тема	Кол-во час.	Основные элементы содержания	Планируемые результаты	Дата	
					План	факт
1.	Вводное занятие. Знакомство с программой, планом работы. «Волшебная страна внутри нас».	1	Знакомство, создание положительного отношения к занятиям. Игры «Интервью», «Молекулы», «Меняемся местами». Знакомство с участниками. Принятие правил, принципов работы. Упражнения: «Мое красивое имя», «Моя визитная карточка», «Люблю/не люблю», «Щит» Рисуночная методика «Кактус» Рефлексия.	Развитие коммуникативных навыков, умения слушать, сплочение коллектива. Определение своих внутренних ресурсов противостояния трудным жизненным ситуациям, повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки, осознание собственной значимости.		
Развитие внимания и памяти. 10 учебных часов						
2.	«Школьные дела». Особенности внимания.	1	Диагностика уровня внимания. Разминка «Расскажи» Упражнения: «Школьные дела», «Поделись успехом» Письменный ответ на вопросы Упражнения: «Должен-может», «Мой дракон» Рефлексия.	Развитие позитивного отношения к школьной жизни.		
3.	«Угадай». Устойчивость внимания	1	Упражнения на развитие внимания: корректурные таблицы, «Пиши и слушай», «Пишущая машинка», графический диктант. Разминка «Расскажи». Упражнения: «Дорисуй», «Угадай-	Развитие воображение, творческих способностей; развитие навыка общения, внимательности и умения слушать		

			анкета» Задание «Узоры индейцев» Рефлексия.			
4.	«Говорящие вещи». Распределение внимания	1	Разминка «Расскажи» Игра «Говорящие вещи» Упражнение «Щит гнева», «Напиши послание», «Закончи предложения» Рефлексия Упражнения на развитие внимания: корректурные таблицы, «Пиши и слушай», «Пишущая машинка», графический диктант	Развитие воображение, творческих способностей; развитие навыка общения, внимательности и умения слушать; развитие самоконтроля.		
5.	Умение слушать. «Свободное рисование».	1	Разминка «Расскажи» Упражнения: «Письмо самому себе», «Я узнаю себя» Арт-терапия, свободное рисование. Рефлексия	Творческая самореализация, снижение напряжения, развитие рефлексии, эмпатии		
6.	«Смысл жизни».Целенаправленность действий	1	Разминка «Расскажи» Упражнения: «В поисках смыслов жизни», «Представление о времени», «Чувство времени». Мини-лекция «Правила гармоничного распределения времени» Рефлексия Игры «Муха», «Подсчитай правильно», «Зеркало».	Ориентация подростков на поиск истинных целей жизни, формирование позитивного настроения, осознание течения собственного времени.		
7.	«Зачем нужны тревога,	1	Разминка «Расскажи» Групповое обсуждение «Социальные	Углубление процессов самораскрытия, самосознания; осознание своих страхов,		

	волнение и страх?».Целенаправленность действий		роли» Мини-лекция «Что такое волнение, тревога, страх и зачем они нам нужны». Упражнения: «Нарисуй свой страх», «Дыхание»,«Снятие мышечных зажимов» Коллаж своих тревог и страхов. Рефлексия.	тревог; освоение методов борьбы со своими тревогами и страхами.		
8.	«Кто ты? Кто я?». Развитие зрительной памяти	1	Разминка «Расскажи» Подберите синонимы и антонимы. Отгадайте чувство 4Упражнение «Кто ты? Кто я?» Игра «Рекламный ролик» Рефлексия. Диагностика памяти. Упражнения на развитие различных видов памяти: запоминание 10 слов, зрительных образов, цифр (на слух и зрительно)	Развитие вербального мышления, памяти, развитие умения дифференцировать чувства, развитие навыков общения		
9.	«Говорящие вещи». Развитие вербальной памяти	1	Разминка «Расскажи» Игр: «Говорящие вещи», «Щит гнева», «Мяч», «Замороженный» Рефлексия. Отсроченное воспроизведение запоминаемого.	Коррекция негативных эмоциональных состояний, развитие творческой активности.		

10.	«Моя вселенная». Опосредованное запоминание.	1	Разминка «Расскажи» Методика «Моя Вселенная» Упражнение «Я узнаю себя» «Коллаж» «Психологический портрет» Игры «Нарисуй по памяти», «Запомни и нарисуй», Опосредованное запоминание. Рефлексия.	Развитие навыка понимания себя и других людей, развитие абстрактного мышления. Рефлексия личностных качеств.		
11.	Обобщающее занятие по теме «Развитие внимания и памяти». «Хорошие и плохие поступки»	1	Разминка «Расскажи» Упражнение «Солнышко» Задание «Способы применения предмета». Задание «Выберите синонимы и антонимы» Упражнение «Хорошие и плохие поступки» Свободное рисование. Методика «Несуществующее животное» Рефлексия Обобщающее занятие – наиболее интересные детям упр. и игры, ответы на вопросы, выводы	Рефлексия личностных качеств, развитие гибкости мышления, развитие мышления (установление сходства, противоположности). Осознание детьми связи между поступками и самоуважением, выделение самого понятия самоуважение и обнаружение его связи с взаимоуважением, а это необходимое условие полноценного общения, без которого невозможно развитие сплоченности.		
Развитие мышления. 9 учебных часов						
12	«Я – ромашка». Мышление.	1	Диагностика мышления. Разминка «Расскажи» «Ужасно-прекрасный рисунок» Ассоциативное восприятие. Письменный ответ на вопрос «Я – ромашка» «Делаем вместе»	Творческая самореализация, рефлексия личностных качеств, развитие внимания, развитие ассоциативного мышления, формирование адекватной самооценки.		

			Рефлексия			
13.	«Развиваем мышление» Наглядно-образное мышление.	1	Разминка «Расскажи» Упражнение «Какие мы разные», «Замените цифры символами», «Отгадайте слова». Рисунок семьи Упражнения на развитие мышления: «Найди лишнее слово», «Угадай предмет по описанию», «Найди общее». Рефлексия	Рефлексия чувств, развитие гибкости мышления, развитие мышления (анализ через синтез), творческая самореализация.		
14.	«Позитивное мышление». Наглядно-образное мышление.	1	Разминка «Расскажи» Упражнения: «Мяч», «Ярлыки», «Маски», «Квадратный или круглый?», «Переклеиваем «ярлыки» Упражнения на развитие мышления: «Найди лишнее слово», «Угадай предмет по описанию», «Найди общее» Рефлексия.	Развитие позитивного мышления, навыков самопознания.		
15.	«Мышечные зажимы». Развитие операций логического мышления.	1	«Дополни узор» (логическое мышление). Разминка «Расскажи». Информационная часть. Упражнения на устранение мышечных зажимов. Задание «Как попросить, как отказать ...» Рефлексия.	Знакомство с понятием «мышечные зажимы», устранение мышечных зажимов, релаксация, снижение напряжения		

16.	«Хочу или надо?» Развитие операций логического мышления.	1	Разминка «Расскажи» Упражнения: «Пойми меня», «Презентация», «Хочу - могу», «Обязанности по дому» Рефлексия.	Развитие саморегуляции, повышение мотивации к выполнению школьных дел и домашних поручений, повышение уровня осознанности рефлексии и эмпатии.		
17.	Умение сравнивать и обобщать. «Графический диктант»	1	Разминка Графический диктант Упражнения: «Построимся», «Ты мне нравишься, потому что...», «Никто не знает» Игры «Угадай животное» (выделение существенных признаков). Рефлексия	Развитие пространственного мышления, развитие навыка общения, повышение самооценки		
18.	Классификация «Чувства»	1	Разминка «Расскажи» Упражнения: «Пойми меня», «Презентация», «Хочу - могу», «Обязанности по дому». Задания, требующие классификации и сериации (расставь класс по алфавиту, детей по росту, города по количеству букв в названии). Рефлексия	Развитие саморегуляции, повышение мотивации к выполнению школьных дел и домашних поручений, повышение уровня осознанности рефлексии и эмпатии.		
19.	Абстрагирование. «Воля»	1	Разминка «Расскажи» Информационная часть Упражнение «Моя воля» Информационная часть.	Знакомство с понятием «воля», с качествами, составляющими волю, развитие воли, повышение саморегуляции.		

			Упражнения: «Мои качества», «Части моего Я». Мозговой штурм «Как развить волю?» Упражнение «Мое имя» Рефлексия. «Шифр» (абстрактное мышление).			
20.	Обобщающее занятие «Я – подросток»	1	Разминка «Расскажи» Упражнения: «Строй», «Такие разные лица» Задание «Замени символы цифрами». Дискуссия о подростковом возрасте. Рефлексия. Обобщающее занятие – тест Равена, (детский вариант), игровые упражнения.	Снижение эмоционального напряжения, развитие умения различать эмоциональные состояния, развитие внимания, развитие навыков общения, знакомство с понятием «подростковый возраст».		
Эмоционально – волевая сфера. 12 учебных часов						
21.	Мой характер. «Сажаем дерево»	1	Разминка «Расскажи» Упражнение «Что я чувствую?». «Сажаем дерево». Графический диктант Рефлексия. Диагностика личностных особенностей детей (тест Айзенка, тест Люшера, методика ДДЧ). Понятие «характер», черты характера, тест «Мой характер», объяснение результатов.	Рефлексия собственных чувств, развитие пространственных представлений, творческая самореализация.		
22.	Что такое воля? «Мой эмоциональный мир» 1 часть.	1	Разминка «Расскажи» Упражнение «Хороший друг»	Развитие эмоционального мышления, навыка распознавания и понимания		

			<p>Обсуждение. Что такое эмоции и чувства</p> <p>Игра «Мяч»</p> <p>Задание «Раздели»</p> <p>Дискуссия «Для чего нужно изучать эмоции»</p> <p>Угадай эмоцию</p> <p>«Рисунок настроения» Дискуссия «Что делать если вами овладела сильная эмоция?»</p> <p>Понятие «воля», волевые качества, тест на развитие воли.</p>	<p>своих эмоций и чувств; развитие навыка распознавания и понимания эмоций и чувств других людей по различным признакам.</p>		
23.	<p>Межличностные отношения шестиклассников. «Мой эмоциональный мир» 2 часть</p>	1	<p>Разминка «Расскажи»</p> <p>Упражнения: «Линии»</p> <p>«Раскрась свои чувства», «Эмоциональное зеркало», «Тренируем эмоции»</p> <p>Рефлексия. Понятие «общение», тесты на коммуникабельность.</p>	<p>Развитие навыка распознавания и понимания своих эмоций и чувств; развитие навыка распознавания и понимания эмоций и чувств других людей по различным признакам, тренировка в выражении своих эмоций в символической, образной форме.</p>		
24.	<p>Умение общаться. «Дарим подарки»</p>	1	<p>Упражнение «Расскажи»</p> <p>Игры: «Мяч», «Подарки»</p> <p>Арт-терапия, свободное рисование. Тест Люшера.</p> <p>Упражнения: «Дарим подарки», «Три слова». Т Рефлексия</p>	<p>Развитие коммуникативных навыков, сплочение коллектива. Развитие мышления. Развитие воображения и жестикуляции.</p>		
25.	<p>Развитие навыков самоконтроля. «Что я знаю о себе?»</p>	1	<p>Разминка «Расскажи»</p> <p>Упражнение «Самооценка»</p> <p>Методика «Самооценка»</p>	<p>Формирование адекватной самооценки, познание и понимание самого себя.</p>		

			<p>«Что я знаю о себе?» Тест «Круг» «Спонтанная самопрезентация» Рефлексия</p>			
26.	Самооценка	1	<p>Разминка «Расскажи» Задания: «Объясните поговорки», «Выразить разными словами» Знакомство с понятием «Самооценка». Дискуссия Упражнение «Угадай выражение лица» Рефлексия. Самооценка, определение уровня самооценки детей, рекомендации.</p>	<p>Развитие вербального мышления, развитие мышления, навыка установления закономерностей, знакомство с понятием «самооценка», развитие навыка распознавать эмоции.</p>		
27.	Самооценка, взаимооценка.	1	<p>Разминка «Расскажи» Дискуссия на тему «Самооценка» Упражнения: «Позитивные мысли», «Китайская рулетка», «Самореклама» , «Таким я хочу быть». Рефлексия.</p>	<p>Формирование адекватной самооценки; развитие рефлексии, осознание сильных сторон своей личности, осознание и принятие слабых сторон своей личности.</p>		
28.	Умение сотрудничать	1	<p>Разминка «Расскажи» Упражнения: «Солнышко», «Я в своих глазах, я в глазах окружающих», «Афоризмы», «Воображение успеха», «От чужого имени». Игры, развивающие умение сотрудничать: «Найди путь», «Рисуем молча», «Угадай настроение».</p>	<p>Формирование адекватной самооценки; развитие позитивного отношения к себе путем получения обратной связи ; развитие рефлексии, эмпатии, позитивного мышления.</p>		

			Рефлексия			
29.	Сотрудничество, взаимовыручка. «Как справиться с эмоциями?»	1	Разминка «Расскажи» Работа в тетради «Моя реакция на агрессию», «Как поступить конструктивно?» «Рисуем чувства» «Вырази свое состояние» «Покажи агрессию» «Кто из них агрессивный?» «Агрессивный . . . продавец» «Отбросить старое, чтобы измениться» Игры, развивающие умение сотрудничать: «Найди путь», «Рисуем молча», «Угадай настроение». «Рефлексия»	Коррекция негативных эмоциональных состояний. Формирование навыка выражения эмоций социально приемлемым способом. Развитие навыка самоконтроля.		
30.	Навыки саморегуляции. «Погружение в сказку»	1	Разминка «Расскажи» Рисунок настроения Загадки Сказкотерапия Рисунок настроения Письменный ответ на вопрос. Рефлексия Обучение приёмам поведения в стрессовой ситуации, основам саморегуляции. Элементы аутотренинга.	Коррекция негативных эмоциональных состояний, овладение навыками релаксации.		

31.	Навыки саморегуляции. «Ты мне нравишься»	1	Разминка «Расскажи» Притча «Трое слепых и слон» Упражнение «Ты мне нравишься, потому что...» Незаконченные предложения. Письменный ответ на вопрос. «Мои мечты» Рефлексия	Развитие навыка самопонимания и понимания других людей, развитие критического мышления и воображения, сплочение коллектива.		
32.	Обобщающее занятие по теме «Мой характер» «Мои праздники»	1	Разминка «Расскажи» Конструктивный рисунок человека Рисунок своего страха «Заверши суждения» Проективная методика «Мои праздники» Рефлексия	Коррекция негативных эмоциональных состояний, овладение навыками релаксации. Развитие творческого потенциала, воображения.		
Диагностический блок. 3 учебных часа (в конце года)						
33.	Итоговая диагностика памяти, внимания, мышления. «Что я узнал о себе?»	1	Разминка «Расскажи». Обсуждение пройденных занятий. Незаконченные предложения. «Журнал Успешности». «Что я знаю о себе» Рефлексия. Диагностические материалы, таблицы.	Закрепление полученных результатов.		

34.	Диагностика эмоционально-волевой сферы. «Завершающее занятие. Чемодан в дорогу»	1	Упражнения: «Расскажи», «Чемодан в дорогу», «Я - подарок человечеству», «Пожелания» Прощание Диагностические материалы, таблицы.	Закрепление полученных знаний, подведение итогов		
-----	---	---	--	--	--	--