

Одобрено педагогическим советом  
МБОУ СОШ №30 г. Пензы  
26 августа 2022 г., протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом № 163-од от 26.08.2022  
Директор МБОУ СОШ № 30 г. Пензы  
\_\_\_\_\_ А.А. Долов

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №30 г. Пензы

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ФАКУЛЬТАТИВНОГО КУРСА

### **«Психологический практикум» 11 класс (БУП С(К)ОУ, 1 вариант)**



## Пояснительная записка

Настоящая программа разработана на основе образовательной программы МБОУ СОШ № 30 г. Пензы. В соответствии с учебным планом специальных (коррекционных) классов, курс коррекционных занятий «Психологический практикум» рассчитан на 2 года обучения:

- для 10 класса – 68 часов;
- для 11 класса – 68 часов.

Программа предназначена для оказания коррекционной помощи учащимся с проблемами познания себя, своих возможностей и способностей, своего потенциала, социальной адаптации и поиском своего места в обществе. Эти знания о себе необходимы каждому ребенку, заканчивающему свое обучение в школе. Они помогут ребятам облегчить процесс перехода на следующую ступень их жизни, сделать менее болезненным, научат опираться на те свои возможности, которые они имеют, понимать, что зависит от них и чего они не могут изменить. Будущим выпускникам необходимо развивать возможность осознавать свою ответственность, это необходимо и очень важно для дальнейшего вступления во «взрослую» жизнь.

Данная программа опирается на основные психологические принципы:

*Принцип отражения.* Раскрывает понимание сущности психического и его основных функций, уровней в развитии психики человека. Своеобразие психики человека – особой формы отражения, обусловлено многими обстоятельствами: особенности самой объективной реальности, воспринимаемой как органами чувств, так и с помощью речи; состояние головного мозга; физического и психического здоровья человека; содержание и состояние его психики.

*Принцип детерминизма.* Объясняет причины развития психики, ее истока. Психика человека обусловлена и выступает результатом взаимодействия факторов биологического, природного, социального характеров. Вместе с тем психика не просто продукт, а результат взаимодействия и воздействия на человека социальных, биологических и природных факторов. Таким образом, психика способна изменяться и развиваться.

*Принцип активности.* Ориентирует исследователя при изучении психических явлений учитывать, что внешние и другие обстоятельства отражаются в сознании человека сознательно, целенаправленно, а не только зеркально.

*Принцип развития.* Раскрывает истоки человеческой психики, как динамического феномена. Психика может быть правильно понята, если рассматривается как результат социального взаимодействия, взаимодействия человека с социальной и природной средой как результат его деятельности и общения с другими людьми, результат его обучения и воспитания.

*Принцип взаимосвязи, единства.* Выделение двух граней проявления психического: субъективное (что и как мыслит, переживает, оценивает человек) и объективное (реальное поведение, действия и поступки человека, материализованные и объективированные результаты его деяний) дает основание утверждать, что наиболее адекватное понимание психического возможно на основе систем его субъективных и объективных проявлений.

*Принцип целостного, системного подхода.* Предполагает понимание и изучение взаимосвязанных и взаимообусловленных психических феноменов, ориентируя специалиста на осознание психики как целостного интегрального явления.

*Принцип относительной самостоятельности.* Не противоречит предыдущему принципу, а указывает на то, что всякое психическое явление имеет своеобразие, как своих физиологических основ, так и свои закономерности формирования, функционирования и развития.

*Принцип личностного подхода, учета групповых, общественных интересов, ценностей.* Изучение психики адекватно лишь при учете в совокупности личностных и групповых особенностей людей: их потребностей, интересов, жизненного и

профессионального опыта, способностей, учета психотипических и индивидуально-психологических особенностей людей.

*Принцип единства.* Ориентирует специалистов на содержательный, аксиологический анализ психики людей с учетом конкретных исторических условий их жизни и деятельности.

**Цель предмета** – развивать ответственность, повышать уровень знаний о себе, развивать коммуникативные навыки и лидерские способности.

**Основными задачами являются:**

- Создание и расширение возможностей детей понимать и выражать свои мысли, чувства, желания всеми доступными социально приемлемыми способами;
- Формирование модели безопасного поведения в повседневной жизни и в экстремальных ситуациях, развитие лидерских качеств;
- Расширение осознания своих возможностей;
- Формирование осмысленного стиля саморегуляции поведения;
- Формирование основных ценностных ориентаций.

**Требования к уровню подготовки учащихся**

В процессе усвоения материала по предмету учащиеся должны:

- выражать свои мысли, чувства, желания за счет усвоения доступных средств коммуникации и в социально приемлемой форме;
- знать как себя вести в обыденной жизни и в экстремальной ситуации;
- использовать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных коллективных делах класса и социальных ситуациях;
- умение слушать собеседника и вести, в доступной форме, диалог;
- оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- уметь регулировать свое поведение;
- уметь осознавать свои чувства, потребности, действия, поведение.

В 11 классе на занятия отводится по 2 часа в неделю, продолжительность занятий 40 минут. Занятия проводятся с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

В ходе реализации программы используются индивидуальная, подгрупповая и групповая формы работы.

Средства, используемые в программе:

1. Психодиагностические методики: тестирование, социометрия, беседа.
2. Игровая терапия;
3. Арттерапия;
4. Сказкотерапия;
5. Музыкаотерапия;
6. Пескотерапия;
7. Различные приемы и техники гештальттерапии, психодрамы, релаксации, танцедвигательной терапии.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **«Психологический практикум».**

#### **.11 класс**

Курс предусматривает изучение раздела «Что я могу», который освещает следующие аспекты:

- Профессии всякие нужны (12 часов);

- Коммуникация (19 часов);
- Я – это я (20 часов);
- Я – творец своей судьбы (17 часов).

В процессе усвоения материала по предмету учащиеся должны:

- иметь представления о различных профессиях;
- сформировать представление о своем будущем;
- расширить свои коммуникативные возможности;
- научиться деловому стилю взаимодействия;
- сформировать осмысленный стиль саморегуляции поведения;
- научиться преодолевать конфликты;
- научиться творчески подходить к различным ситуациям;
- уметь соблюдать правила поведения.

Общее количество часов – 68.

**Учебно-тематическое планирование курса  
«Психологический практикум»  
11 класс – 68 часов**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>I полугодие (32 часа)</b>		
<b>«Что я могу»</b>		
1	Профессии всякие нужны.	12
2	Коммуникация.	19
<b>II полугодие (36 часов)</b>		
3	Я – это Я.	20
4	Я – творец своей судьбы.	17

**Поурочно-тематическое планирование курса  
«Психологический практикум»  
11 класс – 68 часов**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>«Что я могу»</b>		
<b>Профессии всякие нужны... (12 часов)</b>		
1	Правила ПДД.	1
2	Правила пожарной безопасности.	1
3	Тест «Карта интересов». Часть 1.	1
4	Тест «Карта интересов». Часть 2.	1
5	Дифференциально диагностический опросник. Часть 1.	1
6	Дифференциально диагностический опросник. Часть 2.	1
7	Дидактическая игра «Профессии». Часть 1.	1
8	Дидактическая игра «Профессии». Часть 2.	1
9	Определение ведущего типа восприятия. Часть 1.	1

10	Определение ведущего типа восприятия. Часть 2.	1
11	Кем быть? Часть 1.	1
12	Кем быть? Часть 2.	1
<b>Коммуникация (19 часов)</b>		
13	Учимся слушать. Часть 1.	1
14	Учимся слушать. Часть 2.	1
15	Учимся слышать. Часть 1.	1
16	Учимся слышать. Часть 2.	1
17	Вербальная коммуникация. Часть 1.1.	1
18	Вербальная коммуникация. Часть 1.2.	1
19	Вербальная коммуникация. Часть 2.1.	1
20	Вербальная коммуникация. Часть 2.2.	1
21	Невербальная коммуникация. Часть 1.1.	1
22	Невербальная коммуникация. Часть 1.2.	1
23	Невербальная коммуникация. Часть 2.1.	1
24	Невербальная коммуникация. Часть 2.2.	1
25	Подстройка и ведение коммуникации. Часть 1.	1
26	Подстройка и ведение коммуникации. Часть 2.	1
27	Развитие партнерского взаимодействия. Часть 1.	1
28	Развитие партнерского взаимодействия. Часть 2.	1
29	Обратная связь и ее функция в коммуникации. Часть 1.	1
30	Обратная связь и ее функция в коммуникации. Часть 2.	1
31	Безопасные зимние каникулы.	1
<b>Я – это Я (20 часов)</b>		
32	Кто Я?	1
33	Тест коммуникативных умений.	1
34	Я реальное и Я идеальное.	1
35	Тест «20 вопросов».	1
36	Тренинг ассертивности. Часть 1.1.	1
37	Тренинг ассертивности. Часть 1.2.	1
38	Тренинг ассертивности. Часть 2.1.	1
39	Тренинг ассертивности. Часть 2.2.	1
40	Тест описания поведения Томаса.	1
41	Тест «Исследование уровня эмпатийных тенденций».	1
42	Тренинг «Учусь преодолевать конфликт». Часть 1.1.	1
43	Тренинг «Учусь преодолевать конфликт». Часть 1.2.	1
44	Тренинг «Учусь преодолевать конфликт». Часть 2.1.	1
45	Тренинг «Учусь преодолевать конфликт». Часть 2.2.	1
46	«Я хочу, Я могу и Я умею». Часть 1.	1
47	«Я хочу, Я могу и Я умею». Часть 2.	1
48	«Я – часть этого мира». Часть 1.	1
49	«Я – часть этого мира». Часть 2.	1
50	Проект «Моя жизнь». Часть 1.	1
51	Проект «Моя жизнь». Часть 2.	1

<b>Я – творец своей судьбы (17 часов)</b>		
52	«Я и творчество». Часть 1.	1
53	«Я и творчество». Часть 2.	1
54	Тренинг творческого мышления. Часть 1.1.	1
55	Тренинг творческого мышления. Часть 1.2.	1
56	Тренинг творческого мышления. Часть 2.1.	1
57	Тренинг творческого мышления. Часть 2.2.	1
58	Если бы... Часть 1.	1
59	Если бы... Часть 2.	1
60	«Я иду к своей звезде». Часть 1.	1
61	«Я иду к своей звезде». Часть 2.	1
62	Дидактическая игра «Выбор». Часть 1.	1
63	Дидактическая игра «Выбор». Часть 2.	1
64	Я и моя безопасность. Часть 1.	1
65	Я и моя безопасность. Часть 2.	1
66	Осторожно, опасно!	1
67	«Я – творец своей судьбы». Часть 1.	1
68	«Я – творец своей судьбы». Часть 2.	1

#### **Учебно-методическое обеспечение:**

1. Альбомы по коммуникации и правилам социального поведения.
2. Аппаратно-программный обучающий комплекс по правилам дорожного движения для детей «Веселый пешеход».
3. Аппаратно-программный обучающий комплекс по правилам противопожарной безопасности для детей «Школа противопожарной безопасности».
4. Большая энциклопедия психологических тестов. - М.: Просвещение, 2014.
5. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением. - М.: Медицина, 1989.
6. Вачков И.В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы /— М.: Эксмо, 20075.
7. Воронкова В.В. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Сборник № 1. 5-9 классы.
8. Государственный стандарт общего образования лиц с ограниченными возможностями здоровья.
9. Дементьева Н.Ф., Багаева Г.Н., Исаева Т.А. «Социальная работа с семьёй ребёнка с ограниченными возможностями», Институт социальной работы.
10. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии.— СПб.: "Златоуст", 1998.
11. Ивашенко Г.М., Ким Е.Н. «Об опыте работы по социальной реабилитации детей с ограниченными возможностями в Московском клубе «Контакт-1». Президентская программа «Дети России».
12. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. - СПб: Питер, 2000.
13. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. - СПб: Питер, 2002.
14. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании / - М., 2001.
15. Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комиссарова Л. Н., Добровольская Т. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. - М.: Издательский центр «Академия», 2001.
16. Оборудование сенсорной комнаты.

17. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Терапевтические сказки в коррекционной работе с детьми. - М., 2015.
18. Шевченко М. Я рисую успех и здоровье. Арт-терапия для всех. - СПб.: Питер, 2007.
19. Шипицына Л.М., Защирская О.В. Азбука общения (основы коммуникации) развитие личности ребенка, навыков его общения. - М.: Просвещение, 2006.