**Муниципальное автономное образовательное учреждение**

**«Средняя общеобразовательная школа № .. »**

**г. Новоуральск**

|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДАЮ  директор МАОУ «СОШ № …»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ……………….  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_г. |

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН**

**коррекционно-развивающей работы**

**(вариант 4.1.)**

**5 класс**

Составитель:

педагог-психолог

------------------------------------

На основании заключения и рекомендаций ТПМПК выделено направление коррекционно-развивающей работы педагога-психолога и определена цель работы с обучающейся (вариант 4.1).

**Цель:** формирование у обучающейся навыков конструктивного общения, снижение личностной тревожности и повышение самооценки, развитие социальной ответственности, саморегуляции.

**Задачи:**

-Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и педагогами.

-Учить распознавать эмоциональное состояние своё и других людей.

-Учить выражать свои эмоции и чувства приемлемыми способами.

-Учить внимательно и уважительно слушать другого и высказывать своё мнение.

-Учить способам разрешения и выхода из конфликтных ситуаций.

-Формировать осознание собственной ценности и значимости.

-Развивать культуру общения.

-Развивать навыки сотрудничества.

-Формировать ответственное поведение.

-Развивать способность к рефлексии, осознания своего эмоционального состояния.

-Развивать способность к сопереживанию.

-Формировать устойчивую учебную мотивацию на фоне позитивной Я-концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

-Развивать осознание собственных трудностей, их причин и способность находить пути их преодоления.

Направления коррекционно-развивающей работы:

1. **Диагностическая работа:**
   1. Проведение диагностического обследования обучающейся и подготовка рекомендаций по оказанию психолого-педагогической помощи педагогам и родителям.
   2. Определение уровня актуального развития и зоны ближайшего развития обучающейся, прогнозирование эффективности коррекционно-развивающей работы.
   3. Проведение мониторинга динамики успешности освоения коррекционно-развивающей работы.

Психологическое обследование включает:

Изучение эмоционально-волевой, коммуникативной сферы и личностных особенностей слабовидящей обучающейся;

Изучение ДРО в семье;

Выявление адаптационных, компенсаторных возможностей и уровня социализации слабовидящей обучающейся.

На основании результатов входного диагностического обследования и рекомендаций ТПМПК и ИПРА разработан «Индивидуальный план коррекционно-развивающих занятий» с обучающейся.

1. **Коррекционно-развивающая работа** определена с учетом рекомендаций ТПМПК, особых образовательных потребностей и индивидуальных особенностей обучающейся, выявленных в процессе стартового комплексного психолого-педагогического обследования достижения планируемых результатов ПКР.

- коррекция и развитие коммуникативных компетенций;

- коррекция и развитие эмоционально-волевой сферы;

- коррекция и развитие личностной сферы.

1. **Консультативная работа с родителями и педагогами** направлена на оказание психолого-педагогической помощи родителям (законным представителям) обучающейся и педагогам в вопросах развития, обучения и в решении возникающих проблем, выбора стратегии взаимоотношений с ребёнком с учётом его возрастных и индивидуальных особенностей и потребностей, посредством психологического консультирования. Консультации проводятся в течение учебного года по запросу участников образовательного процесса и по инициативе педагога-психолога.

Индивидуальный план

коррекционно-развивающих занятий

ФИО учащегося

5А класс

………………. г.р.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | | | Кол-во  часов | | Содержание деятельности |
| **1 Модуль. Диагностический.** Ноябрь-май. | | | | | | |
| Изучение уровня эмоционально-волевой. | | | | | | |
| 1.1 | | Проба  Тулуз-Пьерона | | 1-1 | | Изучение уровня произвольности, устойчивости внимания. |
| 1.2 | | Проективный тест  «Дерево Коха» | | Изучение эмоциональной устойчивости (авт. К. Кох). |
| Изучение уровня личностной сферы. | | | | | | |
| 1.3 | | Опросник | 1-1 | | Изучение уровня общей самооценки (авт. Казанцева Г.Н.). | |
| 1.4 | | Анкета | [изучение уровня личностной тревожности (авт. А.М. Прихожан)](https://vsetesti.ru/336/). | |
| 1.5 | | Проективный тест «Рисунок семьи» | Изучение детско-родительских отношений. | |
| Изучение уровня коммуникативной сферы. | | | | | | |
| 1.6 | | Методика  «Пьедестал» | | 1-1 | | Определение отно­шения ученицы к своему классу, ее привязанность к классному коллективу (авт. Ю.З. Гильбух). |
| 1.7 | | Опросник  «Мой класс» | |
|  | | Проективная методика «Смешные человечки» | | Выявление личного отношения к другим людям (авт. Д. Лампен и Л. П. Пономаренко). |
| **2 Модуль. Развитие эмоционально-волевой сферы.** | | | | | | |
| 2.1. | | «Кто я?» - рассказ о себе. | | 1 | | Проведение беседы состоит из нескольких этапов, на каждом из которых решаются свои (диагностические) цели. Рефлексия. |
| 2.2. | | Я и другие. | | 1 | | Работа с эмоциями и чувствами своими и других людей. Беседа, выполнение упражнений: «Эмоциональная картина», «Сопоставление ситуации с эмоцией», игра «Угадай эмоцию». Психогимнастика «Расслабляйся». Рефлексия. |
| 2.3. | | В школе случаются трудности,  как их преодолевать? | | 1 | | Беседа: «В жизни каждого человека бывают трудности. Какие эмоции мы испытываем, когда нам сложно с чем-то справиться?». Выполнение упражнений: «Моделирование ситуаций», «Разрешите себе переживать трудные ситуации». Психогимнастика «Напряжение – расслабление». Рефлексия. |
| 2.4. | | Я в школе. | | 1 | | Беседа: «Моя школьная жизнь». Выполнение упражнений: «Целеполагание», «Планирование деятельность в учебной и жизненной ситуации», «Оценка выполнения своих действий и внесение корректив, «Умение делать выводы». Психогимнастика «Полет на белом облаке». Рефлексия. |
| 2.5. | | Учусь говорить «нет»! | | 1 | | Беседа: «Учусь говорить «нет». Обсуждение: приходилось ли нам говорить нет? В каких ситуациях мы можем ответить отказам? Какие эмоции мы испытываем, когда отказываем? Выполнение упражнения «Формула уверенного отказа», упражнение «Скажи нет» - карточки с примерами ситуаций. Психогимнастика «Огонь – лед». Рефлексия. |
| 2.6. | | Умею ли я владеть собой? | | 1 | | Беседа: «Умею ли я владеть собой?». Работа с негативными переживаниями. Способы переключить негативные эмоции на позитивные, выполнение упражнений, «Воздушное настроение», «Новое, хорошее». Психогимнастика «Мороженое». Рефлексия. |
| Планируемые результаты.  в соответствии с возрастной нормой формирование и развитие умений:  - открыто говорить о себе и своих чувствах;  - понимать и распознавать эмоции и чувства других людей;  - планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуации;  - ставить цель, оценивать степень достижения цели;  - принимать решение, как поступить, в том числе в неоднозначных ситуациях (мораль-ные проблемы) и отвечать за свой выбор;  - находить способы контролировать и регулировать свои эмоции и чувства. | | | | | | |
| **3 Модуль. Развитие личностной сферы.** | | | | | | |
| 3.1. | | Хочу знать о себе больше | | 1 | | Беседа: «Изучаю свой внутренний мир». Обсуждение: позитивное мышление, как оно помогает стать уверенным в себе. Выполнение упражнений: «Что я за человек», «Какого я мнения о себе», «Я делаю это каждый день». Рефлексия. |
| 3.2. | | Мои сильные и слабые стороны | | 1 | | Выполнение упражнений: «Я – хороший, я – плохой», «Победить своего Дракона», «Я умею, знаю, могу», «Я люблю себя». «Что сегодня случилось хорошего». Рефлексия. |
| 3.3. | | Я себя уважаю | | 1 | | Беседа: «Я уважаю себя». Обсуждение: почему самоуважение так важно, влияние негативного отношения к себе. Выполнение упражнений: «Я этого заслуживаю, «Мне никто не нужен», «Я самый-самый, я лучше всех!», «Чего ты боишься?», «Быстрый способ начать уважать себя». Рефлексия. |
| 3.4. | | Я ценю свои достоинства | | 1 | | Беседа: «Для чего важно вырабатывать чувство собственного достоинства». Выполнение упражнений: «Я ценю свои достоинства», «Признание собственных недостатков», «Избавляемся от страхов», «Когда я признаю свои слабости, я становлюсь самим собой». Рефлексия. |
| 4.5. | | Достоинства и недостатки, которые живут во мне | | 1 | | Беседа: «За каждым недостатком скрывается достоинство». Выполнение упражнений: «Как обратить свои слабые стороны себе во благо», «Я себя ценю», «Как решения помогли мне в разных ситуациях», «Что сегодня случилось хорошего». Рефлексия. |
| 4.6. | | Мотивация успеха | | 1 | | Беседа: «Что такое мотивация, ее виды, преграды к достижению успеха». Выполнение упражнений: «Сформируй позитивный образ «Я», «Похвала самому себе», просмотр фильмов: «История успешных людей», «Мотивация на успех». Рефлексия. |
| Планируемые результаты.  в соответствии с возрастной нормой формирование и развитие умений:  - находить свои сильные стороны;  - находить слабые стороны и уметь работать над ними;  - находить способы преодоления личностной и школьной тревожности;  - находить способы улучшать психоэмоциональное самочувствие;  - находить способы повышать самооценку, уверенность в своих силах;  - осознавать собственную индивидуальность, принятие себя как личности. | | | | | | |
| **4 Модуль. Развитие коммуникативной сферы.** | | | | | | |
| 4.1. | | Я в мире людей. | | 1 | | Беседа: «Роль общения в жизни человека. Выполнение упражнений: «Клубочек». Упражнение «Доброе животное». Притча «Солнце и ветер». «Все мы разные»». Рефлексия. |
| 4.2. | | Какая я подруга | | 1 | | Беседа: «Для чего человеку дружба». Выполнение упражнений: «Качества, которые помогают человеку стать настоящим другом», «Какая я подруга», «Какие эмоции и чувства я испытываю, когда общаюсь с друзьями». Рефлексия. |
| 4.3. | | Мои друзья | | 1 | | Упражнение «Портрет самого лучшего друга» Игра «Клубочек» Игра «Найди друга» «Ролевое проигрывание ситуаций». Рефлексия. |
| 4.4. | | Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. | | 1 | | Мозговой штурм «Что такое конфликт?» Беседа на тему: способы разрешения конфликтов. Выполнение упражнений: «Рубка дров», «Обзывалки» без слов», «Я-высказывание», «Договоритесь», «Условия бесконфликтного общения». Рефлексия. |
| 4.5. | | Поведение и культура. | | 1 | | Беседа: «Влияние культуры и воспитания человека на общение». Выполнение упражнений: «Оцени ситуацию», «Подарок», «Комплименты». Рефлексия. |
| 4.6. | | Оказание поддержки и помощи | | 1 | | Выполнение упражнений: «Темные и светлые мешочки», «Волшебные очки», «Краткий словарик вежливых слов». Рефлексия. |
| Планируемые результаты.  в соответствии с возрастной нормой формирование и развитие умений:  - позитивно проявлять себя в общении;  - ориентироваться на понимание чувств других людей;  - ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации;  - налаживать контакты с окружающими;  - проявлять сопереживания к другим людям;  - полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;  - сознавать необходимости признания и уважения особенностей других людей;  - соотносить позиции партнеров и собственную. | | | | | | |
| Итого: | | | | 24 занятия | | |