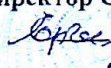


Утверждаю:
Директор Ступинской ОШ

Ергалиева С.К.


Коррекционно-развивающая работа
(Познай себя!)

Класс: 8 «Б» (Зеленский Роман)
Педагог: Сельнича Владислав Александрович

2024-2025 учебный год

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема занятия	Дата		Цель занятия	Содержание занятия	Оборудование
		по плану	по факту			
1	РАЗДЕЛ 1. Встреча с самим собой Какой я? Что я знаю о себе?	06.09.24		Повышение внутригруппового доверия и сплоченности членов группы, создание доброжелательной атмосферы в группе, развитие навыков рефлексии и интеграция негативного опыта жизни подростка.	1. Упражнение «Здравствуйте, это я!» 2. Упражнение «Я-зеркало». 3. Упражнение «Какой я? Чем я отличаюсь от других людей?» 4. Обсуждение занятия.	фооновая музыка.

2	«Я в своих глазах и в глазах других людей»	13.09		Способствовать формированию взаимодействия между детьми, снижению эмоционального напряжения, развитию эмоциональной выразительности.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Встаньте в круг». 3. Упражнение «Молекулы» 4. Упражнение «Все, некоторые, только я». 5. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки.
3	«Настроение»	20.09		Способствовать расширению эмоционального опыта (закреплению основных видов эмоций), снижению эмоционального напряжения, конфликтности, развитию эмпатии.	1. Игра «Покажи настроение». 2. Дидактическая игра «Азбука настроений». 3. Упражнение «Улыбнись другу». 4. Обсуждение занятия	Карточки с изображением лиц людей показывающих разное настроение.
4	«Как справиться с плохим настроением,	27.09		способствовать созданию целостного	1. Упражнение «Розовый куст» 2. Упражнение «Мое	Запись легкой фоновой музыки, карандаши, ручки,

	напряжением»			отношения человека к проблемной ситуации, получение опыта рассмотрения проблемы с разных точек зрения. Поиск резервных состояний. Работа с собственным	напряжение» 3. Упражнение «Мусорное ведро» 4. Обсуждение занятия	бумага.
5	«Не такой как все, все мы разные»	21.09		Способствовать закреплению знаний и правильных представлений об особенностях каждого человека, развитию памяти, быстроты реакции, снижению эмоционального напряжения.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Ассоциации». 3. Упражнение «Мой внутренний мир». 4. Обсуждение занятия.	Краски, кисти (карандаши), картинки с изображением животных, запись звуков природы (пение птиц, шелест листьев, шум ветра, моря и т. п.).
6	«Общение и уважение»	04.10		Способствовать формированию навыков коммуникативного общения, воображения,	1. Упражнение «Я рад общаться с тобой». 2. Игра «Волшебный сундучок». 3. Упражнение «Воздушный шарик».	Запись спокойной музыки, шкатулка (небольшой сундучок или цветная коробочка), картинки с

				снижению эмоционального напряжения, конфликтности; развитию доброжелательного отношения друг к другу.	4. Обсуждение занятия.	изображением различных предметов: цветок, удочка, мяч, ружье/лук и стрелы, лопата, зонтик, книга, ручка, иглолка с ниткой, ножницы и др
7	«Мы вместе»	11.10		Способствовать закреплению навыков сотрудничества, сплочению коллектива, закреплению основных видов эмоций и способов их выражения.	1. Упражнение «Говорящие ладошки». 2. Упражнение «Покажи взглядом». 3. Игра «Угадай, чей голосок». 4. Обсуждение занятия	Запись легкой фоновой музыки.
8	«Я могу»	18.10		Способствовать развитию воображения, коммуникативных навыков общения, чувства эмпатии, снижению эмоционального	1. Игра «Ласковое имя» 2. Игра «Волшебный мешочек» 3. Игра «Горячо – холодно». 4. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки, красочный тканевый мешочек, мелкие игрушки, мяч.

				напряжения, конфликтности.		
9	«Жизнь по правилам и без правил»	08.11		Знакомство с принципами общественной морали и этики, формирование представлений о необходимости законов, развитие доброжелательного отношения друг к другу, воображения, снижению эмоционального напряжения.	1. Приветствие. 2. Групповая дискуссия «Можно ли жить без правил?» 3. Упражнение «Сказка за сказкой» 4. Обсуждение занятия.	
10	РАЗДЕЛ 2 Мир эмоций. «Эмоции и чувства»	15.11		способствовать получению представлений о правилах выражения эмоций и чувств. Раскрытие понятий: воля, сила воли, волевые качества. Развитие способности	1. Приветствие. 2. Правила поведения на занятиях. 3. Беседа «Правила выражения чувств» 4. Упражнение «Узнавание эмоций» 5. Упражнение «Закончите предложения» 6. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки, карточки с изображением эмоций.

				понимать эмоциональное состояние окружающих людей, возможности к самовыражению, снятие барьеров в общении.		
11	«Проявляем эмоции»	22.11		Способствовать формированию способов выражения эмоциональных состояний, развитию мышления, снижению эмоционального напряжения, расширению эмоционального опыта.	1. Игра «Настроение». 2. Игра «Инсценировка». 3. Упр. «Зеркало». 4. Обсуждение занятия	Карточки с изображением лиц, выражающих разное настроение), цветковые карточки Люшера (несколько наборов).
12	«Коллаж»	29.11		Способствовать развитию наблюдательности,	1. Игра «Что изменилось». 2. Упражнение «Пирамида». 3. Совместная аппликация –	Вырезки из журналов, коврик или ватман, 1\2

				взаимодействия, закреплению коммуникативных навыков общения, сплочению коллектива, снижению эмоционального напряжения.	коллаж. 4. Обсуждение занятия.	ватмана для коллажа, клей, ножницы, запись спокойной фоновой музыки.
13	«Доверие»	06.12		Способствовать развитию доверия, сплочению коллектива, закреплению коммуникативных навыков общения, восприятия цвета, снижению эмоционального напряжения, конфликтности.	1. Упражнение «Доверие». 2. Упражнение «Комплименты». 3. Упражнение «Цвет». 4. Обсуждение занятия .	Карточки Люшера (несколько наборов).
14	«Почувствуй помощь»	13.12		Способствовать снижению эмоционального напряжения, развитию чувства сопереживания,	1. Упражнение «Помощь». 2. Упражнение «Покажи жестом». 3. Упражнение «Почувствуй спину друга». 4. Обсуждение занятия.	Стулья, мебель в кабинете.

				адекватного поведения, сплочения, умения понимать эмоциональное состояние других.		
15	«Поддержка»	20.12		Способствовать снижению эмоционального напряжения, развитию коммуникативных навыков, умения координировать свои действия с действием партнера, сплочению коллектива	1. Упражнение «Ботинки». 2. Упр. «Связующая нить». 3. Упражнение «На солнечной полянке». 4. Обсуждение занятия.	Запись звуков природы, клубок ниток.
16	«Мы умеем»	27.12		Создать условия для развития благоприятного микроклимата, повышения самооценки, снижения эмоционального напряжения.	1. Упражнение «Я умею». 2. Упражнение «Догадайся кто это». 3. Игра «Что мы видели, не скажем, а что делали, покажем». 4. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки, небольшие листочки бумаги, карандаши, пустая коробка.

17	«Рисуем вместе»	10.01.25		Способствовать снижению эмоционального напряжения, развитию благоприятного микроклимата, самоконтроля поведения, коммуникативных навыков.	1. Упражнение «Раз, два, три, друга найди». 2. Игра «Кто быстрее подойдет». 3. Совместное рисование. 4. Обсуждение занятия.	Запись танцевальной и легкой фоновой музыки, лист бумаги (ватман), краски, кисти.
18	РАЗДЕЛ 3 Ценностные ориентиры личности. «Хорошо - плохо»	17.01		Способствовать развитию благоприятного микроклимата, снижению эмоционального напряжения, умения делать правильные умозаключения.	1. Упражнение «Волна». 2. Упражнение «Хорошо – плохо». 3. Релаксационное упражнение «Сказочный лес». 4. Обсуждение занятия.	Запись звуков природы, флакончики с ароматизированным и маслами.
19	«Будь добрым»	24.01		Способствовать снижению эмоционального напряжения,	1. Игра «Волшебное слово». 2. «Рисуем себя». 3. Упражнение «Скажи доброе словечко».	Запись легкой фоновой музыки, краски, кисти, ватман.

				конфликтности, сплочению коллектива, закреплению коммуникативных навыков.	4. Обсуждение занятия .	
20	«Наши дела»	31.01		Способствовать развитию волевой регуляции, формированию положительного отношения к своим обязанностям, закреплению коммуникативных навыков, снижению эмоционального напряжения.	1. Упражнение «"Ботинки"». 2. Игра «Кто быстрее?» Группа должна быстро, без слов, построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры: квадрат; треугольник; ромб; букву; птичий косяк.. 3. Упражнение «Общение без слов». 4. Релаксационное упражнение «Волшебный сон». 5. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки и звуков природы, карточки с рисунками поведения людей.
21	Мои сильные стороны	01.02		Установление контакта с учащимися. Создание положительной мотивации к предстоящему занятию. Осознание	1. Приветствие 2. Упражнение «Я так считаю» 3. Упражнение «Точка опоры» 4. Упражнение «Скульптура» Релаксация «Маяк». 5. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки, краски, кисти, ватман.

				учащимися своих качеств, на которые они могут положиться в жизни.		
22	Уверенное неуверенное поведение	и	14.02	Обучение тому, как отличать в практических ситуациях уверенное поведение о неуверенного Формирование способности находить конструктивные способы поведения в различных ситуациях. Совершенствование коммуникативных навыков.	1. Приветствие 2. Упражнение «Воспроизведение» 3. Упражнение «Сила слова» 4. Упражнение «Жесты» (уверенное, неувер. поведение) (А. Пиз) 5. Упражнение «Уверенные, неуверенные, грубые ответы» 6. Упражнение «Я-хозяин» 7. Обсуждение занятия.	Запись легкой фоновой музыки, краски.
23	Застенчивость неуверенность себе.	и в	21.02	Развитие представлений об особенностях поведения	1. Приветствие 2. Упражнение «Неуверенность и ее маски» 3. Упражнение «Неуверенный-	запись легкой фоновой

				неуверенного человека, содействие осознанию того, может мешать в жизни. Формирование и совершенствование навыка командной работы, сотрудничества.	уверенный-самоуверенный» 4. Упражнение «Зеркало» 5. Обсуждение занятия.	музыки.
24	«Обида»	28.02		Установление контакта с учащимися Создание положительной мотивации к предстоящему занятию обучение конструктивным способам избавления от обиды. Формирование и	1.Приветствие. 2.Беседа «Что такое обида? Когда и за что люди обижаются друг на друга?» 3.Упражнение «Детские обиды» 4.Упражнение «Копилка обид» (коллаж) 5.Упражнение «Как выразить обиду и досаду» 6.Обсуждение занятия.	Краски, кисти, ватман.

				развитие навыков саморегуляции, используя релаксационные техники. Снятие психического напряжения.		
25	Что делать со злостью и агрессией	07.03		Формирование у учащихся способности осознавать свою агрессивность, обучение способам безопасной разрядки агрессии, сотрудничества. Совершенствование коммуникативных навыков. Снятие психического напряжения.	1.Приветствие 2. Упражнение «Куда уходит злость» 3.Обсуждение «Конструктивные способы избавления от гнева, агрессии» 4.Упражнения «Самый маленький шарик», «Воздушный шар» 5. Обсуждение занятия.	1/2 ватмана для коллажа, клей, ножницы, краски, кисти.
26	РАЗДЕЛ 4. Саморегуляция. Арттерапия.	14.03		Терапия изобразительным	1.Марания.	Краски, кисти,

				творчеством с целью воздействия на психоэмоциональное состояние человека.	2. Штриховка, каракули. 3. Рисование пальцами. Завершение занятия, рефлексия.	бумага.
27	Как отказаться от наркотиков.	04.04		Развитие навыков, позволяющих отказаться от предложения попробовать наркотик. Знакомство с правовой ответственностью.	1. Беседа «Почему люди применяют наркотики», «К чему ведет проба и употребление наркотика». 2. Информационно-правовой блок. 3. Обсуждение занятия.	Информационно-правовой блок.
28	Как отказаться от употребления алкоголя.	11.04		Выработка навыков отказа от употребления алкоголя. Знакомство с правовой ответственностью.	1. Приветствие. 2. Беседа. «Почему люди употребляют алкоголь. Альтернатива алкоголю» 3. Групповая дискуссия «С пьяного взятки гладки?» 3. Обсуждение занятия.	Информационно-правовой блок.
29	Взаимоотношения в группе. Негативное влияние группы	18.04		Выработка умения противостоять негативному влиянию группы.	1. Приветствие 2. Упр. «Учимся говорить «нет», «Учимся противостоять влиянию». 3. Ролевая игра «Ситуация	

					принуждения». Групповая дискуссия «Кто отвечает в толпе» 4. Обсуждение занятия.	
30	Отношения с родителями. Конфликты в семье	25.04		Выработка доверительного отношения к родителям, осознания возможности избегания конфликтов.	1.Приветствие. 2. Упр. «Самые добрые руки», «Список претензий». 3. Ролевая игра «Конфликт с родителями». Групповая дискуссия. 4. Обсуждение занятия	Информационно-правовой блок.
31	Самосознание и самооценка подростка	02.05		Формирование адекватной самооценки.	1.Приветствие. 2. Упражнение «Работа с негативными состояниями» 3.Групповая дискуссия «Можно ли жить без правил?». 4.Упражнение «Я очень хороший». 5. Обсуждение занятия	
32	Знакомство с правовой ответственностью несовершеннолетних	12.05	09.05	Выработка навыков саморегуляции и ответственности	1.Приветствие. 2. Упр. «Наши эмоции – наши поступки». 3.Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности». 4. Обсуждение занятия.	Информационная часть.

33	Адекватная самооценка.	18.05		Формирование адекватной самооценки.	1.Приветствие. 2. Упражнение «Я», 3. Упражнение «Чувствую – себя – хорошо» 4.Обсуждение занятия.	
34	От чего зависит мое поведение.	23.05		Осознание причин выбора модели поведения в различных ситуациях.	1.Приветствие. 2.Тест «Твоя эмоциональность» 3.Упражнение «Кто Я?» 4. Обсуждение занятия.	