

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №17 им. Героя Российской Федерации А.Б. Буханова»
города Смоленска

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
Деуц Демидова Н.А.
Протокол № 1
от 28-августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
МБОУ «СШ № 17 им. Героя
российской Федерации
А.Б. Буханова»
Шаметкина Шаметкина А.А.
от 31 августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «СШ № 17 им. Героя
российской Федерации
А.Б. Буханова»
Балькина Балькина В.Д.
от 31 августа 2020 г.



РАБОЧАЯ АДАПТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА
«Психокоррекционные
занятия: психологические»
для обучающихся
с задержкой психического развития
5 класс

г. Смоленск
2020

I. Пояснительная записка

Рабочая адаптированная программа по коррекционному курсу «Психологические занятия (психологические)» для обучающихся с задержкой психического развития 5 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе Адаптированной основной образовательной программы основного общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа №17 имени Героя Российской Федерации А.Б.Буханова» (МБОУ «СШ №17 им.Героя Российской Федерации А.Б.Буханова»).

Наиболее важным отличительным признаком подросткового периода являются фундаментальные изменения в сфере его самосознания, которые имеют кардинальное значение для всего последующего развития и становления личности. Именно в этот период сознание, пройдя через многие объекты отношений, само становится объектом самосознания и, завершая структуру характера, обеспечивает его целостность. В подростковом возрасте у молодых людей активно формируется самосознание, вырабатывается собственная независимая система эталонов самооценивания и самоотношения, всё более развиваются способности проникновения в свой собственный мир. Таким образом, постепенно у подростка формируется своя Я-концепция. Я-концепция способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению поведения молодого человека. Я-концепция в значительной степени определяет социальную адаптацию личности подростка, является регулятором поведения и деятельности. Как показывают многочисленные исследования, наличие позитивной Я-концепции в этом возрасте, самоуважение являются необходимым условием положительного развития и социальной адаптации. Негативная Я-концепция у подростков, снижение самоуважения - приводят к возникновению социально –

психологических проблем у подростков. Данная программа тренинга нацелена на создание психологических условий для развития личности, профилактики и коррекции социально – психологической дезадаптации, развитие рефлексии, ценностно – смысловой сферы, повышения общей успешности учащихся, сплочению группы.

Изменения, происходящие в подростковом возрасте - изменения, которые затрагивают все аспекты жизни ребенка. У каждого подростка они происходят в разное время. Свои эмоциональные проявления в этот период учащиеся не контролируют. Поэтому развитие эмоциональной сферы становится важной задачей в подростковом возрасте.

Коррекционные цели:

- психолого-педагогическое сопровождение личностного развития подростков с задержкой психического развития в среднем звене.
- психологическая адаптация пятиклассников к условиям средней школы (создать условия, позволяющие каждому пятикласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап школьного обучения; поддержать и развить в детях интерес к знаниям; помочь им общаться с новыми одноклассниками и преподавателями).

Коррекционные задачи:

- формирование групповой сплоченности;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками;
- обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других;
- развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности;
- развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха;
- ознакомление подростков с миром эмоций;
- научить контролировать собственные эмоции;
- развитие представления о себе и своих способностях;

- развитие саморегуляции познавательной деятельности;
- развитие саморегуляции поведения;
- формирование личностного самоопределения.

Условия правильной организации коррекционной работы

1. Учет особенностей психического и соматического здоровья обучающихся.
2. Учет объема и характера учебного материала, необходимости чередования относительно сложных и легких заданий, а также смены видов деятельности в процессе занятия.
3. Значительная детализация заданий.
4. Доброжелательная атмосфера, отсутствие системы оценивания
5. «Я-высказывания» и принцип «здесь и сейчас».
7. Инструкции по выполнению заданий должны быть точными и на начальных этапах работы не содержать нескольких требований.
8. Уважение друг к другу.

Общая характеристика коррекционного курса

«Психокоррекционные занятия (психологические)»

Предлагаемый курс «Психокоррекционные занятия (психологические)» рассчитан на подростков, обучающихся в 5 классах, реализующих адаптированную образовательную программу основного общего образования. Программа строится с учетом возрастных интересов подростков. Обучающимся предлагаются темы, которые могут быть важны для них в силу возрастных особенностей развития: контроль собственной раздражительности, застенчивости и неуверенности в себе, пути разрешения конфликтов.

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия (психологические)» создается по модульному принципу и направлен на проведение адаптационных занятий к началу обучения на уровне основного общего образования, развитие и коррекцию познавательной сферы, развитие эмоционально-личностной сферы детей с ЗПР подросткового возраста,

формирование благоприятного социально-психологического климата в детском коллективе, развитие навыков саморегуляции в учебной деятельности.

Психологические занятия способствуют развитию личности подростка, гармонизации его взаимоотношений с социумом, развитию коммуникативных и социальных компетенций.

Место учебного курса в учебном плане

Согласно учебному плану и календарному учебному графику МБОУ «Средняя школа №17 им.Героя Российской Федерации А.Б.Буханова» курс рассчитан на 68 часов в год.

Общая характеристика коррекционного курса

«Психокоррекционные занятия (психологические)»

Структура «Психокоррекционных занятий (психологических)» состоит из следующих компонентов: ритуалов приветствия, теоретической части, упражнений и рефлексии.

На занятиях применяются активные методы групповой работы – тренинг, дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры, динамические релаксации, коллективное и свободное рисование, психотехнические игры на отработку чувств, упражнения аутогенной тренировки, прослушивание психотерапевтических историй. С одной стороны, они имеют широкие развивающие возможности, но с другой стороны, они могут оказаться для учеников непривычными, поскольку урок в сознании ученика ассоциируется с необходимостью отметки, в ее отсутствие мотивация снижается.

II. Личностные, метапредметные и предметные результаты

освоения коррекционного курса.

Результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

1. осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
2. извлекать необходимую информацию из текста
3. определять и формулировать цель в совместной работе
4. учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
5. осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
6. реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
7. планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
8. соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

1. планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
2. наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
3. обогатить представление о собственных возможностях и способностях
4. учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
5. оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
6. учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
7. находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
8. адекватно воспринимать оценку учителя

Коммуникативные УУД:

1. ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
2. учиться контролировать свою речь и поступки

- 3.учиться толерантному отношению к другому мнению
- 4.учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- 5.осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- 6.формулировать своё собственное мнение и позицию
- 7.учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средства формирования УУД: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др., также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), **метод творческого самовыражения** (литературное, художественное и др. виды творчества), **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы

Планируемые результаты первого года обучения (5-й класс) освоения коррекционно-развивающего курса формулируются в рамках обозначенных модулей.

Планируемые результаты по модулю «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»:

- осознавать необходимость прилагать усилия для полноценного выполнения заданий.
- с помощью взрослого планировать пути достижения цели, выбирать наиболее оптимальные способы решения познавательных задач.
- самостоятельно контролировать ход выполняемой деятельности в моделируемой ситуации, сопоставлять результат с заданным образцом, оценивать правильность выполнения.
- относительно объективно оценивать результат своей деятельности и достаточность усилий для его достижения.

– прогнозировать и контролировать временные рамки выполнения учебной работы с помощью алгоритмов организации деятельности.

– уметь составлять программу действий под руководством взрослого.

– сдерживать непосредственные импульсивные реакции, действовать в плане заданного, не отвлекаясь на посторонние раздражители.

– сдерживать непосредственные (негативные) эмоциональные реакции в процессе деятельности и при оценке достигнутого результата.

Планируемые результаты по модулю «Формирование личностного самоопределения»:

– Демонстрировать интерес к самопознанию.

– Демонстрировать позитивное самоотношение.

– Иметь представление об основных социальных ролях, их разнообразии в жизни человека.

– Иметь представления о своих обязанностях перед семьей, обществом.

– Соблюдать нормы и правила общественного поведения.

– Владеть навыками самооценивания деятельности на этапе включения и ориентировки, в процессе реализации, при соотнесении целей и результатов.

– Осознавать уважительное отношение к труду как социально одобряемое качество личности.

– Понимать значение профессиональной деятельности в жизни человека.

– Иметь первичные представления о мире профессий.

– Соотносить собственные желания и возможности с различными направлениями профессиональной деятельности.

Планируемые результаты по модулю «Развитие коммуникативной деятельности»:

- Строить позитивные отношения в процессе общения со сверстниками.
- Определять качества, действия, способы поведения, которые способствуют или препятствуют продуктивной коммуникации.
- Иметь представление о невербальных средствах общения, их значении и влиянии на результат коммуникации.
- Уметь адекватно использовать невербальные средства общения.
- Выражать свои чувства, интересы, потребности в соответствии с задачей коммуникации.
- Слушать и слышать высказывания другого о его чувствах, интересах, потребностях.
- Достигать взаимопонимания в процессе коммуникации.
- Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и одноклассниками.
- Иметь представление о возможных ролях в совместной деятельности со сверстниками.
- Уметь вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении различных вопросов.
- Договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с коммуникативной задачей.
- Уметь сотрудничать для достижения общих результатов.
- Обмениваться информацией между членами группы для принятия эффективных совместных решений.

III. Содержание программы

Содержание коррекционно-развивающего курса включает в себя следующие модули:

1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения.

2. Формирование личностного самоопределения.
3. Развитие коммуникативной деятельности.

В данную программу курса «Психокоррекционные занятия (психологические)» входит 3 основных модуля:

1-й модуль занятий: развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения-24 часа;

2-й модуль занятий: формирование личностного самоопределения-22 часа;

3-й модуль занятий: развитие коммуникативной деятельности-22 часа.

Оценка эффективности:

1. Осуществляется путем сопоставления первичной и повторной диагностики.
2. Развитием способностей управлять собственными психическими состояниями, поступками и действиями.
3. Расширением диапазона используемых подростками стратегий поведения в конкретных ситуациях.
4. Выработкой оптимальных для конкретной ситуации стратегий и способов разрешения проблемы.
5. Принятием своих индивидуальных личностных особенностей, позитивное реалистичное отношение к себе.

Методы и техники, используемые в программе

1. *Игровая деятельность.* Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).
2. *Дискуссии.* Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
3. *Рисуночная арт-терапия.* Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как

«Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4. Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5. Метафорические истории и притчи.

Принцип обратной связи. В процессе занятий создаются условия, обеспечивающие готовность детей давать обратную связь другим детям и ведущему тренинга, а также принимать ее. Нам хотелось бы обратить внимание на то, что в работе с пятиклассниками особенно важна обратная связь от детей перед выполнением любого упражнения. Необходимо просить детей прокомментировать задание, которое они должны будут выполнить, а также инструкцию к нему.

Структура занятия

Каждое занятие начинается с *ритуала приветствия*, выполняющего функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с ребенком и формирования у ребенка направленности на сверстников, и завершается *ритуалом прощания*. Эти процедуры спланируют детей, создают атмосферу группового доверия и принятия. *Разминка* включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности и способствует формированию групповой сплоченности. *Обсуждение домашнего задания* проводится после (иногда вместо) разминки и способствует закреплению пройденного материала. *Основная часть занятия* включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга. Предпочтение отдается многофункциональным техникам, таким как моделирование образцов поведения, позволяющим преодолеть

тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка. Тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, поэтому в основной части занятия в первую очередь представлены упражнения и игры, направленные на снятие тревожности и школьных страхов. *Обсуждение итогов занятия*, или рефлексия является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку содержания занятия в ходе заключительного обсуждения. Соблюдение подобной структуры занятий, привыкание к ней детей помогает им войти в новую деятельность и сформировать соответствующие ожидания.

IV. Тематическое планирование

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения.	
Тема коррекционны х занятий	Характеристика основных видов деятельности обучающегося
«Знакомство. Принятие правил»	<ul style="list-style-type: none"> - знакомство ребят между собой - знакомство с целями и задачами занятий - сплочение группы - формирование групповой сплоченности; - обучение детей слушать друг друга и давать друг другу пространство в рамках занятия;
«Развитие внутреннего плана действий»	<ul style="list-style-type: none"> - развитие умения выполнять действия в уме
«Осознание трудностей новой ситуации».	<ul style="list-style-type: none"> - получение возможности высказать свое мнение о школе и увидеть положительное в новой ситуации, научиться конструктивно относиться к школьным проблемам. - умение слушать друг друга и давать друг другу

	пространство в рамках занятия;
«Диагностическое занятие».	- развитие представления о себе и своих способностях. - обучение правильно выполнять инструкцию педагога при тестировании.
«Интеллектуальные игры»	- развитие способности устанавливать разнообразные связи между предметами - стимулирование мыслительной активности - формирование интереса к занятиям - развитие произвольного внимания
«Свойства предметов»	- развитие умения определять признаки одушевленных и неодушевленных предметов - развитие умения узнавать предметы по их качествам и свойствам
«Понимание смысла и выделение существенного»	- обучение пониманию смысла текстового материала - развитие умения осознавать семантические связи между словами и словосочетаниями - развитие умения выделять общий и переносный смысл
«Ассоциации»	- развитие ассоциативного потока - развитие ассоциативной памяти
«Причинно-следственные связи»	- развитие умения устанавливать причинно-следственные связи, умения отличать причинно-следственную связь и последовательную связь
«Внимание и память»	- развитие внимания - развитие памяти
«Классификация»	- развитие умения классифицировать
«Наши»	- развитие рефлексии

достижения»	- развитие творческого воображения
-------------	------------------------------------

Модуль 2. Саморегуляция личностного самоопределения	
Тема коррекционных занятий	Характеристика основных видов деятельности обучающегося
«Мой внутренний мир».	<ul style="list-style-type: none"> - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; -ознакомление подростков с миром эмоций; -контролирование собственных эмоций;
«Понимаем ли мы друг друга?».	<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; -обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; -научить контролировать собственные эмоции; -у детей развивается важнейшее социальное чувство принадлежности к группе;
«Мир эмоций».	<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; -ознакомление подростков с миром эмоций; -развитие представления о себе и своих способностях. -осознание наиболее часто переживаемых эмоций.
Выражение эмоций через движение.	<ul style="list-style-type: none"> - формирование групповой сплоченности; - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - развитие уверенности в себе, способствовать выработке

	<p>собственных критериев успешности;</p> <ul style="list-style-type: none"> -ознакомление с понятием «ритм» -научить контролировать собственные эмоции; -развитие представления о себе и своих способностях.
«Познай себя».	<ul style="list-style-type: none"> - обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - ознакомление подростков с миром эмоций; - научить контролировать собственные эмоции; - развитие представления о себе и своих способностях.
«Чего я боюсь? Развитие навыков совместного решения проблем».	<ul style="list-style-type: none"> - обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; -развитие умения говорить о своих проблемах и переживаниях; - развитие уверенности в себе; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; -научить контролировать собственные эмоции; -развитие представления о себе и своих особенностях.
«Ставим цели».	<ul style="list-style-type: none"> - помочь детям в осмыслении личных целей на период обучения в пятом классе; - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; -научить контролировать собственные эмоции;

	-развитие представления о себе и своих способностях и возможностях.
«Как справиться со злостью?»	<ul style="list-style-type: none"> -повышение эмоциональной устойчивости детей; -формирование навыков принятия собственных негативных эмоций; -формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания. -создание условий для обращения подростков к личному опыту агрессии. -разрядка агрессивных тенденций в поведении (вербальных и невербальных) в игровой форме. -обучение способам безопасной разрядки агрессии-формирование групповой сплоченности;
«Легко ли быть учеником?»	<ul style="list-style-type: none"> - помочь детям осознать, какие качества необходимы хорошему ученику; -способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - учить выражать свое мнение и его аргументировать.
«Что помогает мне учиться?»	<ul style="list-style-type: none"> - помощь участникам группы осознать правила работы на уроке; -способствовать формированию учебных навыков; -обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; -научить контролировать свое поведение на занятиях; -способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии. — большие листы бумаги (формат А3) — по

	количеству участников, цветные карандаши (для упражнения «Нарисуй свое настроение»);
Интеграция пройденного материала.	<ul style="list-style-type: none"> -развитие умения высказывать и отстаивать свое мнение. - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; -обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; -научить контролировать собственные эмоции; -развитие представления о себе и своих особенностях.
Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности	
Познаем себя – познаем других.	<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; -обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - ознакомление подростков с понятием характер; - научить контролировать собственные эмоции; -развитие представления о сильных и слабых сторонах характера.
Взаимодействие. Развитие навыков невербального общения.	<ul style="list-style-type: none"> -обучение работе в парах; - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - развитие навыков невербального общения - обучение контролю собственных эмоций; - развитие представления о себе и своих способностях.
Нужно ли	- Создание условий для анализа подростками

<p>управлять своими эмоциями?</p>	<p>необходимости управления собственными эмоциями как свободного выбора</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ознакомление подростков с приемом «Эмоциональный дневник» и обучение использованию этого приема для рефлексии своего эмоционального состояния и самопомощи в ситуациях эмоционального дискомфорта. -Развитие представления о себе и своих особенностях.
<p>Эмоциональный словарь.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Создание условий для анализа подростками амбивалентности эмоций и обращения участников к особенностям собственного эмоционального мира. -развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - продолжать ознакомление подростков с миром эмоций; - научить контролировать собственные эмоции; - Расширить словарь чувств.
<p>Развитие индивидуальной сенситивности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формирование групповой сплоченности; - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - научить контролировать собственные эмоции; - развитие представления о себе и своих способностях. -дети пытаются прочувствовать друг друга и предугадать действия друг друга.
<p>Диагностическое занятие.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развитие представления о себе -обучение выполнению инструкции педагога при выполнении тестирования. -развитие умения передать свое внутреннее состояние и внутреннюю позицию в рисунке.
<p>«Ищу друга»</p>	<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со сверстниками;

	<ul style="list-style-type: none"> - обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - научить контролировать собственные эмоции; - развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.
Социальная перцепция и ожидания других.	<ul style="list-style-type: none"> - Создание условий для обращения подростков к собственному страху оценки и самооценочным страхам, разрядка связанных с ними негативных эмоций в игровой форме. - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - научить контролировать собственные эмоции.
Развитие групповой сенситивности.	<ul style="list-style-type: none"> - формирование групповой сплоченности; - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха;
Я среди людей. Кто я?	<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков сотрудничества со сверстниками; - развитие уверенности в себе; - развитие умения вести себя в трудных ситуациях и ситуациях неуспеха; - ознакомление подростков с миром эмоций; - научить контролировать собственные эмоции;

	-развитие представления о себе и своих способностях.
Интеграция. Рефлексия опыта.	-обучение адекватному и разностороннему сравнению своих результатов с успешностью других; - развитие уверенности в себе, способствовать выработке собственных критериев успешности; - научить анализировать свои поступки и действия; - развитие представления о себе и своих способностях, и особенностях.

V. Описание учебно – методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб., 2017.
2. Васильев Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов. – СПб., 2017.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учеб. пособие. – 2-е изд., переаб. и доп. – М., 2015.
4. Диагностика и и коррекция тревожности в школьном возрасте. – СПб., 1993.
5. Захаров В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг: Учебное пособие.- Л.2015.
6. Зверева Н.Ю. Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями. – СПб, 2018.
7. Когда не знаешь, как себя вести... Тренинг устойчивости подростков к коммуникативному стрессу: Практическое пособие. – М., 2017.
8. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. – СПб.,2017.
9. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. Пособие для студ. высш.учеб. заведений. – М., 2011.
10. Макарычева Г.И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей. – СПб.: Речь, 2017.

11. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб., 2016.

12. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками /Под ред. М.Р. Битяновой. – СПб., 2012.

13. Прутченков А.С. «Свет мой, зеркальце, скажи...»: Методические разработки социально – психологических тренингов. – М.: Новая школа, 2016.

14. Ромек В. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб., 2012.

Шмидт В.Р. психологическая помощь родителям и детям: тренинговые программы. – М.: ТЦ Сфера, 2017.