

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**«Кокоринская основная общеобразовательная школа»**

Рабочие программы учебных предметов и курсов, предусмотренных  
адаптированной образовательной программой основного общего образования

**«Коррекционная подготовка»**

<i>№</i>	<i>Название рабочей программы</i>	<i>Стр.</i>
1.	<i>Рабочая программа учебного курса «Социально бытовая ориентировка» для 8 класса</i>	2
2.	<i>Рабочая программа курса «Индивидуальные коррекционные занятия по математике» для 8 класса</i>	8
3.	<i>Рабочая программа курса «Индивидуальные коррекционные занятия по русскому языку» для 8 класса</i>	11
3.	<i>Рабочая программа учебного курса Я – ПОДРОСТОК для 8 класса</i>	15
2.	<i>Рабочая программа учебного курса ВСТРЕЧА С САМИМ СОБОЙ для 8 класса</i>	21

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Кокоринская основная общеобразовательная школа»**

СОГЛАСОВАНО

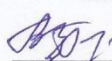
Протокол заседания МО

Рук.ШМО 

№ 1 от «30» 08 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.дир.по УВР

 Боролдоева Р.А.

от «31» 08 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Кокоринская ООШ»

 Таршинаева Л.М.

Приказ № 25 от «01» 09 2018 г.

Адаптированная рабочая

программа

Учебного курса

«Социально-бытовая ориентировка»

8 класс

на 2018 – 2019 учебный год

Составитель  
/Разработчик  
программы

Абгалдаева Марина Семеновна

д. Кокорино 2018

## I. Требование к уровню усвоения знаний

### Знать:

- значение косметики для девушки и юноши;
- правила ухода за кожей лица;
- приемы нанесения косметических средств на лицо, шею;
- значение здоровья для жизни и деятельности человека;
- особенности ухода за одеждой;
- правила стирки и сушки одежды из шерстяных и синтетических тканей;
- правила и приемы глажения;
- виды предприятий по химической чистке одежды, их значение;
- правила подготовки вещей к сдаче в чистку; правила безопасности в использовании стирального порошка;
- виды оказываемых услуг;
- виды теста;
- способы приготовления изделий из теста;
- способы заготовки продуктов;
- запись рецептов; подбор продуктов;
- запись рецептов соленья, варенья, консервирования, сушки овощей, фруктов, ягод;
- грудной ребенок в семье;
- правила ухода за грудным ребенком:
- правила и периодичность кормления ребенка из соски и с ложечки, купания;
- санитарно-гигиенические требования к содержанию детской постели, посуды, игрушек; правила и последовательность одевания и пеленания грудного ребенка;
- купать, одевать, пеленать куклу;
- мыть детскую посуду и игрушки; правила поведения юноши и девушки при знакомстве в общественных местах;
- требования к внешнему виду молодых людей;
- правила и периодичность уборки кухни, санузла, ванны; моющие средства, используемые при уборке кухни, санузла;
- санитарно-гигиенические требования и правила техники безопасности при уборке кухни и санузла;
- междугородний автотранспорт, автовокзал;
- основные автобусные маршруты;
- стоимость проезда до пункта назначения;
- основные маршруты водного транспорта;
- правила безопасной поездки на речном и морском виде транспорта;
- пункт назначения;
- время и место отправления, стоимость;
- рынок, его виды; основные отличия его от магазина;
- правила поведения на рынке;
- права покупателя на рынке;
- цены на основные овощи, а также и фрукты, ягоды и промышленные товары;
- виды телефонной связи;
- периодичность оплаты телефона;
- правила пользования ими, телефонным справочником;
- правила культурного краткого разговора;
- номера срочных вызовов пожарной службы, полиции (милиции), скорой помощи, службы газа;

- виды междугородней связи, правила пользования автоматической телефонной связью; тарифы на телефонные разговоры с учетом времени суток, праздничных дней и дальности расстояния;
- порядок заказа междугороднего разговора по адресу;
- пмп при несчастном случае;
- приемы оказания помощи спасенному из водоема; меры по предупреждению несчастных случаев в быту;
- куда и к кому обращаться в случае необходимой помощи;
- адресат местной префектуры;
- отделы по учету распределения жилой площади, соцобеспечения, народного образования, комиссий по делам несовершеннолетних, по трудоустройству молодежи;
- составные части бюджета семьи и их размер;
- основные статьи расходов в семье;
- стоимость крупных покупок; правила экономии; виды и цели сбережений;
- соблюдать правила экономии в семье, и порядок помещения сбережений в сбербанк.

**Уметь:**

- правильно ухаживать за кожей лица, шеи, рук, ног;
- использовать подручные средства дополнительно к кремам, лосьонам; в меру пользоваться косметикой;
- пользоваться масками из фруктов и овощей;
- стирать и сушить изделия из шерстяных и синтетических тканей;
- гладить блузки, рубашки, платья;
- пользоваться порошком; приготовить пресное тесто и изделия из него – лапшу, печенье; заготовить ягоды без тепловой обработки;
- читать рецепты; приготовить овощной салат;
- нарезать зелень и фрукты для сушки; кормить куклу из соски и с ложечки;
- содержать в порядке детскую постель, посуду, игрушки; культурно и вежливо вести себя при знакомстве в общественных местах;
- выбирать косметические средства, украшения, прическу, одежду, учитывая свой возраст, индивидуальные особенности, для турпохода и посещения танцев;
- убирать кухню, санузел, ванну;
- пользоваться печатными инструкциями к моющим средствам, используемым при уборке кухни и санузла, ванны;
- мыть кафельные стены; чистить раковины; пользоваться расписанием;
- обращаться за справкой;
- определять стоимость проезда;
- приобретать билет; выполнять правила безопасности при поездке на речном, морском, автобусном видах транспорта;
- выбрать месторасположения нужных товаров;
- выбрать продукцию в соответствии с её качеством, количеством, ценой; сравнивать рыночные цены магазинов на одно и то же название товара;
- пользоваться телефонным справочником; культурно разговаривать по телефону;
- кратко объяснить причину звонка по телефону срочного вызова;
- узнать время; получить справку по телефону;
- оказать первую помощь при ожоге, обморожении;
- оказать первую помощь утопающему;
- обращаться с вопросами и просьбами к работникам префектуры и других учреждений; посчитать бюджет семьи;

- составить доверенность на получение зарплаты, пенсии и др;
- определять сумму доходов семьи;
- посчитать расходы, планируя расходы на месяц, полмесяца, неделю, день;
- планировать и подсчитывать расходы на культурные и текущие потребности, крупные покупки;
- снимать показатели счетчика и подсчитывать стоимость израсходованной электроэнергии, газа, воды и т.п., заполнять квитанции;
- планировать крупные и дорогостоящие покупки.

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- личной гигиены, одежде и обуви, питании, семье, воспитании, жилище, транспорте, торговле, средствах связи, медицинской помощи, учреждении, организации и на предприятии, в экономии домашнего хозяйства.

**II. Содержание учебного предмета**

<b>Темы</b>	<b>Краткое содержание тем</b>
«Личная гигиена»	Уход за кожей лица. Косметические средства.
«Одежда»	Особенности ухода за одеждой из шерстяных и синтетических тканей, стирка их в домашних условиях. Правила и приемы глажения блузок, рубашек. Прачечная – знакомство с правилами пользования. Прачечная самообслуживания.
«Питание»	Виды теста. Приготовления изделия из теста. Заготовка продуктов впрок. Запись рецептов. Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю.
«Семья»	Грудной ребенок в семье. Правила содержания в чистоте детской постели, посуды, игрушек
«Культура поведения»	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.
«Жилище»	Уборка кухни, санузла, ванны. Моющие средства, используемые при уборке кухни, ванной, санузла.
«Транспорт»	Междугородний автотранспорт, автовокзал. Его назначение, основные автобусные маршруты, расписание, порядок приобретения билета и его стоимость до разных пунктов. Водный транспорт. Значение водного транспорта. Пристань. Порт. Основные службы.
«Торговля»	Специализированные магазины. Стоимость основных промышленных товаров.
«Средства связи»	Виды телефонной связи. Правила пользования телефоном-автоматом, таксофоном, квартирным телефоном. Правила пользования телефонным справочником. Культура разговора по телефону. Получение справок по телефону. Вызов специализированных служб помощи населению (01, 02,

	03, 04, 911 и т.п.). Междугородняя телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью. Виды заказов междугороднего телефонного разговора
«Медицинская помощь»	Первая помощь при несчастных случаях. Первая помощь утопающему. Глистные заболевания и меры их предупреждения.
«Экономика домашнего хозяйства»	Основные статьи расходов. Планирование расходов на день, две недели с учётом бюджета и состава семьи. Расходы на питание. Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Крупные покупки.

### III. Тематическое планирование.

№	Наименование раздела и темы урока	Количество часов
	<b>«Личная гигиена»</b>	<b>1</b>
1	Уход за кожей лица. Косметические средства (лосьоны, кремы и др.) Пр.р. Упражнения в протирании кожи лица лосьоном, нанесение крема.	1
	<b>«Одежда»</b>	<b>3</b>
2	Стирка изделий из шерстяных и синтетических тканей в домашних условиях.	1
3	Утюжка блузок, рубашек, платьев. Пр.р. Стирка и утюжка изделий из шерстяных и синтетических тканей.	1
4	Прачечная. Правила пользования (метки, заполнение бланков). Виды услуг Прачечная самообслуживания. Пр.р. Заполнение бланков для сдачи белья.	1
	<b>«Питание»</b>	<b>4</b>
5	Приготовление изделий из теста. Пр.р. Приготовление блинов, печенья и других изделий из теста.	1
6	Квашение, соление овощей. Пр.р. Квашение, соление овощей.	1
7	Варка варенья из фруктов и ягод. Пр.р. Варка варенья из фруктов и ягод.	1
8	Составление меню завтрака, обеда, ужина на день, на неделю. Пр.р. Упражнения по составлению меню.	1
	<b>«Семья»</b>	<b>2</b>
9	Уход за грудным ребенком. Пр.р. Упражнения у купании, одевании, пеленании куклы.	1
10	Уход за грудным ребенком. Пр.р. Мытьё детской посуды, игрушек.	1
	<b>«Культура поведения»</b>	<b>1</b>
11	Культура общения юноши и девушки. Внешний вид молодых людей.	1
	<b>«Жилище»</b>	<b>3</b>

12	Уборка кухни.	1
13	Уборка санузла, уход за ванной, унитазом , раковинами.	1
14	Моющие средства, используемые при уборке кухни и санузла. Пр.р. Мытьё кафельных стен, чистка раковин.	1
	<b>«Транспорт»</b>	<b>4</b>
15	Международный автотранспорт. Автовокзал. Основные автобусные маршруты.	1
16	Расписание движения автобусов. Порядок приобретения билетов. Стоимость проезда.	1
17	Вводный транспорт. Основные маршруты.	1
18	Расписание . Порядок приобретение билетов. Стоимость проезда.	1
	<b>«Торговля»</b>	<b>2</b>
19	Специализированные магазины.	1
20	Стоимость основных промышленных товаров. Пр.р. Упражнения в подсчёте стоимость покупок.	1
	<b>«Средства связи»</b>	<b>4</b>
21	Телефон. Пользование городским телефоном- автоматом, квартирным телефоном. Пользование телефонным справочником. Культура разговора по телефону.	1
22	Вызов милиции, пожарной команды, аварийной службы при утечке газа, поломке водопровода, неисправности электросети, получение справок по телефону. Служба точного времени.	1
23	Международная телефонная связь. Порядок пользования автоматической связью.	1
24	Заказ междугородного телефонного разговора. Тарифы на телефонные разговоры.	1
	<b>«Медицинская помощь»</b>	<b>6</b>
25	Первая помощь при несчастных случаях.	1
26	Первая помощь при несчастных случаях. Пр.р. Упражнения в оказании первой помощи при ожогах, обморожении.	1
27	Первая помощь утопающему. Пр.р. Упражнения в оказании первой помощи утопающему.	1
28	Глистные заболевания и меры их предупреждения.	1
29	Солнечный удар	1
30	Тепловой удар	1
	<b>«Экономика домашнего хозяйства»</b>	<b>5</b>
31	Основные статьи на расходов.	1
32	Планирование расходов на день, две недели с учетом бюджета и состава семьи. Пр.р. Упражнения планировании расходов на день, две недели (на конкретных примерах)	1
33	Расходы на питание.	1
34	Содержание жилища. Оплата жилой площади и коммунальных услуг. Пр.р. Снятие показания счетчика, расчет стоимости израсходованной электроэнергии и газа, заполнение квитанций.	1
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**«Кокоринская основная общеобразовательная школа»**

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО

Рук.ШМО         

№ 1 от «30» 08 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.дир.по УВР

         Боролдоева Р.А.

от «31» 08 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Кокоринская ООШ»

         Таршинаева Л.М.

Приказ № 25 от «01» 09 2018 г.

Адаптированная рабочая программа

Учебного курса

**«Индивидуальные коррекционные занятия по математике»**

8 класс

на 2018 – 2019 учебный год

Составитель /Разработчик  
программы

Дорофеева Ольга Ильинична

д. Кокорино

2018

8



## Планируемые результаты

### Личностные результаты изучения курса:

- формирование готовности к саморазвитию, дальнейшему обучению
- выстраивать конструкции (устные и письменные) с использованием математической терминологии и символики, выдвигать аргументацию, выполнять перевод текстов с обыденного языка на математический и обратно
- стремление к самоконтролю процесса и результата деятельности
- способность к эмоциональному восприятию математических понятий, логических рассуждений, способов решения задач, рассматриваемых проблем

### Метапредметные результаты изучения курса:

- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему
- выдвигать версии решения проблемы, осознавать (и интерпретировать в случае необходимости) конечный результат, выбирать средства достижения цели из предложенных, а также искать их самостоятельно
- составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта)
- разрабатывать простейшие алгоритмы на материале выполнения действий с натуральными числами, обыкновенными и десятичными дробями, положительными и отрицательными числами
- сверять, работая по плану, свои действия с целью и при необходимости исправлять ошибки самостоятельно (в том числе и корректировать план)
- совершенствоваться в диалоге с учителем самостоятельно выбранные критерии оценки.

### Познавательные:

- определять возможные источники необходимых сведений, анализировать найденную информацию и оценивать ее достоверность
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий
- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления
- давать определения понятиям

## Содержание

**Раздел 1.** Диагностика навыков учащихся по предмету Выявление знаний, умений, навыков учащихся по арифметическим действиям и вычислительным навыкам.

**Раздел 2.** Коррекция вычислительных навыков. Числовые выражения. Вычисление значения числового выражения. Сравнение числовых выражений. Умножение и деление многозначных чисел и чисел, полученных при измерении величин, на двузначное число. Среднее арифметическое чисел. Использование калькулятора для всех видов вычислений в пределах 1 000 000 с целыми числами и числами, полученными при измерении величин, для проверки письменного выполнения арифметических действий. Задачи на нахождение среднего арифметического двух целых чисел. Задачи на пропорциональное деление. Простые и составные задачи, требующие вычисления периметра многоугольника или площади прямоугольника (в частности, квадрата). Задачи на вычисление длины окружности и площади круга.

**Раздел 3. Восполнение пробелов в знаниях**

Сложение и вычитание десятичных дробей, а также чисел, полученных при измерении величин и выраженных десятичной дробью (все случаи)

Умножение и деление десятичных дробей, а также чисел, полученных при измерении величин и выраженных десятичной дробью, на однозначное и двузначное число.

Использование калькулятора для проверки письменного выполнения умножения и деления десятичных дробей на однозначное и двузначное число.

**Раздел 4. Пропедевтика изучения сложных тем.****Раздел 5. Геометрия. Геометрические фигуры.**

Площадь геометрической фигуры. Обозначение:  $S$ . Вычисление площади прямоугольника (в частности, квадрата). Геометрические тела: прямоугольный параллелепипед (куб), цилиндр, шар. Куб как разновидность параллелепипеда. Вершины, ребра, грани параллелепипеда (куба). Длина, ширина и высота параллелепипеда. Свойства ребер и граней параллелепипеда. Развертка прямоугольного параллелепипеда (куба).

Цилиндр. Основания и высота цилиндра. Развертка цилиндра.

## Тематическое планирование

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН			
1	Раздел 1.	Диагностика навыков учащихся по предмету	6 часов
2	Раздел 2.	Коррекция вычислительных навыков	7 часов
3	Раздел 3.	Восполнение пробелов в знаниях	11 часов
4	Раздел 4.	Пропедевтика изучения сложных тем	2 часов
5	Раздел 5.	Геометрия. Геометрические фигуры	6 часов

На данный курс отведено 34 часов (1 час в неделю).

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**«Кокоринская основная общеобразовательная школа»**

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО

Рук.ШМО Б

№ 1 от «30» 08 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.дир.по УВР

Р.А. Боролдоева Р.А.

от «31» 08 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Кокоринская ООШ»

Л.М. Таршинаева Л.М.

Приказ № 25 от «01» 09 2018 г.

Адаптированная рабочая программа

Учебного курса

«Индивидуальные коррекционные занятия по русскому языку»

8 класс

на 2018 – 2019 учебный год

Составитель /Разработчик  
программы

Харимаева Лариса Ивановна

д. Кокорино

2018

11

## **ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ**

**Личностными результатами** освоения программы являются:

- воспитание российской гражданской идентичности; патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;

- понимание русского языка как одной из основных национально культурных ценностей русского народа; определяющей роли родного языка в развитии интеллектуальных, творческих способностей и моральных качеств личности; его значения в процессе получения школьного образования;

- достаточный объём словарного запаса и усвоенных грамматических средств для свободного выражения мыслей и чувств в процессе речевого общения; способность к самооценке на основе наблюдения за собственной речью.

**Метапредметными результатами** освоения программы являются:

1) владение всеми видами речевой деятельности:

- адекватное понимание информации устного и письменного сообщения;

- владение разными видами чтения;

- адекватное восприятие на слух текстов различных стилей и жанров;

- умение воспроизводить прослушанный текст с разной степенью свёрнутости;

- способность свободно, правильно излагать свои мысли в устной и письменной форме;

- соблюдение в практике речевого общения основных орфоэпических, лексических, грамматических, стилистических норм современного русского литературного языка;

- соблюдение основных правил орфографии и пунктуации в процессе письменного общения;

- способность участвовать в речевом общении, соблюдая нормы речевого общения;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- применение приобретённых знаний, умений и навыков в повседневной жизни.

**Предметные результаты** выражаются в следующем:

Учащиеся должны знать:

- понятия основных разделов языка;

- теоритические сведения по синтаксису и пунктуации.

Учащиеся должны овладеть следующими умениями и навыками:

- различать части речи;

- правильно ставить знаки препинания в простом предложении, осложнённом обособленными членами, однородными членами, прямой речью, обращением, вводными словами и предложениями и д

**Развитие речи:**

- строить устное и/или письменное высказывание в соответствии с темой, основной мыслью, типом и стилем речи;

- строить устное и/или письменное высказывание (текст) на морально-нравственную тему;

- определять микротемы в тексте;

- знать основные способы компрессии текста.

## СОДЕРЖАНИЕ

**Раздел 1.** Диагностика навыков учащихся по предмету Выявление знаний, умений, навыков учащихся по грамматике и правописанию. Формирование групп на основе сходства у обучающихся коррегируемых недостатков.

**Раздел 2.** Коррекция грамматико-аналитических навыков Систематизация и обобщение знаний по орфографии. Развитие орфографической и пунктуационной зоркости. Морфологические признаки различных частей речи. Обособленные члены предложения. Упражнения в дифференциации частей речи, орфограмм и пунктограмм. Грамматические разборы: фонетический, морфемный, словообразовательный, морфологический, синтаксический, пунктуационный.

**Раздел 3.** Восполнение пробелов в знаниях Главные и второстепенные члены предложения. Грамматическая основа предложения. Знаки препинания в простом предложении: тире, однородные члены, обобщающее слово. Обособленные предложения.

**Раздел 4.** Пропедевтика изучения сложных тем .Словосочетание. Способы связи в словосочетании. Обособленные определения, обстоятельства и дополнения. Знаки препинания. Приложение. Неполные предложения. Отличие неполных предложений от односоставных.

### **Раздел 5. Развитие речи**


Расширение активного словарного запаса. Совершенствование умения строить устное и/или письменное высказывание (текст) в соответствии с темой, основной мыслью, типом и стилем речи. Совершенствовать умение строить устное и/или письменное высказывание (текст) в различных жанрах: изложение, сочинение. Микротемы в тексте. Компрессия текста. Сочинение- рассуждение на морально-нравственную тему. Композиция сочинения.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН			
1	Раздел 1.	Диагностика навыков учащихся по предмету	6 часов
2	Раздел 2.	Коррекция грамматико-аналитических навыков	7 часов
3	Раздел 3.	Восполнение пробелов в знаниях	11 часов
4	Раздел 4.	Пропедевтика изучения сложных тем	2 часов
5	Раздел 5.	Развитие речи	7 часов

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кокоринская основная общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО


Протокол заседания МО

Рук.ШМО 

№ 1 от «30» 08 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.дир.по УВР


 Боролдоева Р.А.

от «31» 08 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Кокоринская ООШ»

 Таршинаева Л.М.

Приказ № 25 от «01» 09 2018 г.

Рабочая программа  
Учебного курса  
«Я подросток»

Составитель:  
Толмачева Анжера Константиновна

Кокорино, 2018 г

## Пояснительная записка ПРОГРАММА «Я - подросток»

### Планируемые результаты

- Наличие у подростков с трудностями социальной адаптации адекватных навыков общения, навыков конструктивного решения конфликтных ситуаций;
- Наличие навыка самопознания;
- Сформированность навыков решения жизненных проблем, восприятия и оказания социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях;
- Осознание личностных ценностей;
- Усиление личностных ресурсов, позволяющих позитивно воспринимать будущее;
- Сформированность способности принимать ответственность за собственное поведение;
- Наличие реального жизненного плана.

### Содержание

*Первый блок «Сплочение и доверие» (19 часов)*

Знакомство, Контакт, Свободное выражение чувств, Учимся слышать и понимать друг друга, Сплочение и доверие, Положительный эмоциональный климат. Чувство доверия, Мы - команда.

*Второй блок «Конструктивное разрешение конфликтных ситуаций» (6 часов)*

Конфликт, Способы разрядки гнева, агрессивности, снятие тревожности, Без масок.

*Третий блок «Жизненные ценности и перспективы» (8 часов)*

Осознание своего собственного Я, Ценности и последствия, Жизненные перспективы. Итоговое занятие


### Тематическое планирование

№ темы	Темы	Количество часов
	<b><i>Первый блок «Сплочение и доверие»</i></b>	<b>19</b>
1	Знакомство	2
2	Контакт	2
3	Свободное выражение чувств	3
4	Учимся слышать и понимать друг друга	3
5	Сплочение и доверие	3
6	Положительный эмоциональный климат. Чувство доверия	3
7	Мы - команда	3
	<b><i>Второй блок «Конструктивное разрешение конфликтных ситуаций»</i></b>	<b>6</b>
8	Конфликт	2
9	Способы разрядки гнева, агрессивности, снятие тревожности	2
10	Без масок	2
	<b><i>Третий блок «Жизненные ценности и перспективы»</i></b>	<b>8</b>
11	Осознание своего собственного «Я»	2
12	Ценности и последствия	3
13	Жизненные перспективы	3
	Итоговое занятие 14.	1
	<b>Общее количество часов</b>	<b>34</b>

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кокоринская основная общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО


Протокол заседания МО

Рук.ШМО 

№ 1 от «30» 08 2018 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.дир.по УВР

 Боролдоева Р.А.

от «31» 08 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

«Кокоринская ООШ»



Таршинаева Л.М.

Приказ № 25 от «01» 09 2018 г.

Рабочая программа  
Учебного курса  
«Встреча с самим собой»

Составитель:  
Толмачева Анжера Константиновна

Кокорино, 2018 г



## Результаты освоения курса

### Планируемый результат:

- Повышение продуктивности внимания;
- Развитие памяти;
- Развитие навыков совместной деятельности;
- Гармонизация эмоционального состояния ребенка;
- Развитие адекватной самооценки;
- Развитие коммуникативных умений и навыков;
- Развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий;
- Гармонизация психоэмоционального состояния;
- Овладение методам саморегуляции;
- Социализация и адаптация в современном обществе.

### Обучающиеся должны уметь:

- признавать собственные ошибки;
- сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру;
- выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- анализировать процесс и результаты познавательной деятельности;
- контролировать себя, находить ошибки в работе и самостоятельно их исправлять;
- работать самостоятельно в парах, в группах
- адекватно воспринимать окружающую действительность и самого себя;
- знать об опасности курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- уметь отстаивать свое мнение;
- уметь идентифицировать свое эмоциональное состояние.

### Содержание программы

#### 1. Развитие и коррекция познавательной сферы (10 часов).

Увеличение объема внимания и наблюдательности. Увеличение уровня распределения внимания. Усиление концентрации и устойчивости внимания. Тренировка переключения внимания. Развитие слуховой памяти. Зрительная память. Ассоциативная память. Развитие мыслительных навыков: классификация, обобщение, причинно-следственные отношения.

#### 2. Самопознание (7 часов).

Зачем нужно знать себя? Я глазами других. Самооценка. Ярмарка достоинств. Уверенное и неуверенное поведение.

#### 3. Развитие и совершенствование коммуникативных навыков (8 часов).

Общение в жизни человека. Барьеры общения. Учимся слушать друг друга. Пойми меня. Критика. Compliments или лесть. Вежливость. Зачем нужен этикет. Умение вести беседу.

#### 4. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы (9 часов).

Чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния. Понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости. отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых. Понятие группового давления и принятие собственного решения. формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения. Понятие насилия и права защищать свои границы. Понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций. Коррекция агрессивности обучающихся.

Тематическое планирование «Встреча с самим собой»

Раздел программы	Тема урока	Кол-во час
Развитие и коррекция познавательной сферы	<b>Увеличение объема внимания и наблюдательности</b>	1
	<b>Увеличение уровня распределения внимания</b>	1
	<b>Усиление концентрации и устойчивости внимания</b>	1
	<b>Тренировка переключения внимания</b>	1
	<b>Развитие слуховой памяти</b>	1
	<b>Развитие зрительной памяти</b>	1
	<b>Развитие ассоциативной памяти</b>	1
	<b>Развитие мыслительных навыков: классификация</b>	1
	<b>Развитие мыслительных навыков: обобщение</b>	1
	<b>Причинно-следственные отношения</b>	1
<b>Самопознание. Что я знаю о себе</b>	Зачем нужно знать себя?	1
	Мое тело	1
	Мой волшебный мир	1
	Самоценность	1
	Мои достижения	1
	Буду делать хорошо и не буду плохо	1
<b>Развитие коммуникативных навыков. Я и другие</b>	<b>Взаимодействие</b>	1
	<b>Как мы видим друг друга</b>	1
	Я глазами других	1
	<b>Дружба начинается с улыбки</b>	1
	<b>Разговор взглядов. Пойми меня</b>	1
	<b>Умеем ли мы вежливо общаться?</b>	1
	<b>Поведение в общественных местах</b>	1
	<b>Урок мудрости (уважение к старшим)</b>	1
	Восприятие мира (наши органы чувств). Что такое эмоции	1
	Чувства и поступки	1
	Стресс	1
	Почему некоторые привычки бывают вредными	1
	Умей выбирать	1
	Я отвечаю за свое решение	1
	Хозяин своего «Я»	1
	Понятие «конфликт», мое поведение в трудных ситуациях	1
	Надо ли уметь сдерживать себя?	1
	Обследование детей:	Диагностика
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>