

**Психолого-педагогическое сопровождение (индивидуальный учебный план)  
обучающегося с УО.**

**Задачи:**

1. Развитие эмоциональной сферы. Введение ребенка в мир человеческих эмоций.
2. Развитие коммуникативных умений, необходимых для успешного развития процесса общения.
3. Развитие волевой сферы – произвольности и психических процессов, саморегуляции, необходимых для успешного обучения в школе.
4. Развитие личностной сферы – формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе.
5. Развитие интеллектуальной сферы – развитие мыслительных умений, наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического, творческого и критического мышления.
6. Формирование позитивной мотивации к обучению.
7. Развитие познавательных и психических процессов – восприятия, памяти, внимания, воображения.

Занятия проводятся индивидуально в кабинете педагога-психолога 2 раза неделю.  
Время занятия – 25 минут.

Месяц, неделя	Содержание деятельности	Примечания
Сентябрь	Проведение диагностики об индивидуальных особенностях психического развития ребенка. (на начало года)	
Октябрь, 1 неделя	<p><b><u>Пальчиковая гимнастика</u></b> Цель: развитие мелкой моторики. Ход упражнения: «Замок» На двери висит замок — Кто его открыть бы смог? (Быстрое соединение пальцев в замок.) Потянули... (Тянем кисти в стороны.) Покрутили... (Волнообразные движения.) Постучали... (Пальцы сцеплены в замок, дети стучат ладонями.) И открыли! (Пальцы расцепились.)</p> <p><b><u>Упражнение «Цифровое лото»</u></b> Всем играющим раздаются карточки – игровые поля. Ведущий поднимает маленькую карточку, спрашивает: «Чье?». Дети пересчитывают количество изображенных на ней предметов (кубиков, звездочек, кругов). Карточку забирает тот, у кого количество и цвет предметов на карточке совпадает с цифрой того же цвета на игровом поле.</p> <p><b><u>Упражнение «Дневник занятий»</u></b> Цель: развитие навыков самоанализа, формирование</p>	

	<p>позитивного самовосприятия и самооценки (замечать и радоваться своим успехам).</p> <p>Психолог объясняет ребенку суть дневника: «В нем после каждого занятия мы будем записывать то, что ты сегодня делал, чему ты сегодня научился, как тебе было сегодня на занятии. Этот дневник будет для тебя картой, в которую ты сможешь посмотреть и узнать, чему ты уже научился».</p> <p>Ребенок сам рассказывает, что происходило на занятии, что удалось и чем он доволен. Психолог подчеркивает успехи ребенка.</p>	
2 неделя	<p><b><u>Упражнение «Муха»</u></b></p> <p>Представьте, что ты лежишь на пляже, солнышко вас согревает, шевелиться не хочется. Вдруг муха прилетела и на лобик села. Чтобы прогнать муху, пошевели бровями. Муха кружится возле глаз – поморгай ими, перелетает со щеки на щеку – надувай по очереди каждую щеку, уселась на подбородок – подвигай челюстью.</p> <p><b><u>Упражнение на развитие графических навыков «Штриховка»</u></b> (работа с линейкой и карандашом)</p> <p><b><u>Упражнение «Дневник занятий»</u></b></p>	
3 неделя	<p><b><u>Развитие мелкой моторики «разрежь бумагу на полоски»</u></b>(заранее разлинованные листы бумаги, ширина полос – 3 см; нарисуй фигуры; сложи палочки в коробку и т.д.)».</p> <p><b><u>Упражнение на развитие внимания«Назови все предметы, которые были «спрятаны»</u></b> Педагог выкладывает перед детьми группу предметов например овощей из пластика, дети называют эти овощи затем педагог просит закрыть детей газа, а сам в это время прячет часть предметов, по команде открывают глаза и говорят чего не стало.</p> <p><b><u>Упражнение «Дневник занятий»</u></b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Дидактическая игра «Подбери чашки к блюдам»</u></b></p> <p>Цель: развивать внимание, мышление, сосредоточение.</p> <p>Материал: плоские картинки с изображением чашек и блюдца разных цветов или набор цветной посуды (чашек и блюдца).</p> <p>Ход игры: психолог предлагается детям подобрать чашки к блюдам по цвету и назвать и показать какого цвета посуда.</p> <p><b><u>Упражнение «Обведи и вырежи»</u></b> (развитие мелкой моторики)</p> <p><b><u>Упражнение «Дневник занятий»</u></b></p>	
Ноябрь 1 неделя	<p><b><u>Упражнение «Приветствие»</u></b></p> <p>Цель: создание положительного эмоционального настроения, атмосферы доверия и доброжелательности, снятие эмоционального напряжения.</p> <p>Здравствуй, солнышко родное!</p>	

	<p>Здравствуй, небо голубое Здравствуй, матушка-земля! Здравствуй, ты, и здравствуй, Я!</p> <p><b><u>Упражнения на развитие мелкой моторики «Пальчики здороваются»:</u></b> 1-й вариант - каждым пальчиком по очереди коснуться большого пальца, далее собрать пальцы в пучок сначала на одной руке, потом на второй, потом на обоих одновременно; 2-й вариант - сложить руки ладонями друг к другу, коснуться большими пальцами друг друга, указательными и т. д., затем всеми одновременно.</p> <p><b><u>Упражнения на развития мышления: «Расставь по порядку»</u></b> (от самого большого к самому маленькому и т. д.)» использование матрешек, кубиков, пирамидок и геометрических фигур.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
2 неделя	<p><b><u>Упражнение на развитие памяти: «Смотри и делай».</u></b> 1. Педагог показывает детям картинки и быстро их убирает. Дети должны по памяти назвать, что видели. 2. Несколько раз ударяют в ладоши или карандашом о стол. Дети должны сказать сколько раз. 3. Производится ритмичный стук (палочкой о стол). От воспитанников требуется повторить его. 4. Прodelывается какое-нибудь движение. Дети по памяти должны его повторить. 5. Дети завязывают глаза, педагог прикасается к нему. Дети должны определить, сколько раз к нему прикасались.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
3 неделя	<p><b><u>Упражнение на развитие мелкой моторики:</u></b> «Дети бегают» - пальцы как в предыдущем упражнении, но теперь их нужно поставить на стол и «побегать» сначала одной рукой, затем другой, потом обеими. «Очки» - создать два круга из крупных и указательных пальцев, соединить их. «Разговор» - сжать пальцы в кулаки, большие вытянуть вверх, свести их.</p> <p><b><u>Упражнение-игра «Скажи, что у тебя в руке»</u></b> Цель: диагностика и развитие тактильных ощущений. Ход упражнения: ребенку завязывают глаза и на протянутую ладонь кладут маленький предмет (пуговица, монета, батарейка, орех, каштан и т. д.) Когда ребенок не может назвать предмет сразу, ему позволяют потрогать его пальцами.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Дидактическая игра «Наведи порядок»</u></b> Цель: развивать внимание память, процессы мышления, целеустремленность, умение достигать цели.</p>	

	<p>Материал: картинки 6 х 6 с изображением (овощей, фруктов, игрушек).</p> <p>Ход игры: психолог предлагается детям навести порядок и сложить картинки соответственно по группам овощи к овощам, фрукты к фруктам, игрушки к игрушкам.</p> <p><b><u>Упражнение «Обведи по контуру и разрисуй»</u></b></p> <p>Цель: развивать мелкую мускулатуру пальцев рук.</p> <p>Психолог предлагает детям обвести по контуру предметные рисунки, раскрасить их и назвать получившееся.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
<p>Декабрь</p> <p>1 неделя</p>	<p><b><u>Приветствие упражнения на развитие мелкой моторики:</u></b></p> <p>«Птицы летят» - пальцы расставлены, движения кистями рук вверх-вниз.</p> <p>«Колодец» - сжать пальцы в кулак, оставив сверху отверстие.</p> <p>«Птичка пьет воду» - одной рукой сделать «колодец», а другой «птичку», которая пьет воду: пальцы сжать в кулак, выставив указательный палец.</p> <p>«Гнездо» - пальцы вместе, слегка согнуть и прижать ребрами ладоней друг к другу.</p> <p>«Солнышко» - руки подняты вверх, пальцы расставлены.</p> <p><b><u>Дидактическая игра «Кто живет в лесу?»</u></b></p> <p>Цель: учить ребенка узнавать и называть диких животных; развивать зрительную и слуховую память, мышление, речь.</p> <p>Материал: картинки с изображением диких животных (волка, лисы, белочки, зайца, медведя, ежика).</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
<p>2 неделя</p>	<p><b><u>Упражнение «Четвертый лишний»</u></b></p> <p>Цель: коррекция способности к обобщению.</p> <p>Ход упражнения: педагог предлагает детям рисунок с изображением 4-5 предметов, один из которых не имеет общего существенного признака, характерного для остальных. Необходимо определить лишний предмет и обосновать свой выбор.</p> <p><b><u>Упражнение «Да или нет?»</u></b></p> <p>Цель: развитие мышления.</p> <p>Бывает так или нет? Скажи, какие фразы правильные, а какие нет. Объясни, почему?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Заяц летит в небе.</li> <li>- Волк бродит по лесу.</li> <li>- Яблоко соленое.</li> <li>- Человек вьет гнездо.</li> <li>- Кот гуляет на крыше.</li> </ul> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
<p>3 неделя</p>	<p><b><u>Упражнения на развитие воображения</u></b></p> <p><b><u>«Комбинирование»</u></b> (рисование или конструирование предметов из геометрических фигур)</p> <p><b><u>«Пальчиковая гимнастика».</u></b> Данные упражнения направлены на тренировку пальцев и мышц рук. 1. «Руки здороваются» — рукопожатие своих рук с поочерёдной</p>	

	<p>сменой их положения: правая — сверху, левая — снизу. 2. Сжимание в кулак и разжимание пальцев: ладонями вверх, ладонями вниз; поочередно правой и левой; обеих рук одновременно. 3. «Зарядка для ручек». Вращение кистями рук в правую и левую стороны. 4. «Рисование пальчиками». 5. «Пальчики здороваются».</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Развитие воображения и творческих способностей:</u></b> <b><u>«Рисование по точкам»</u></b></p> <p><b><u>Дидактическая игра «Узнай животное по описанию»</u></b> Цель: совершенствовать знания детей о домашних животных; учить находить картинки по описанию; развивать внимание, память, мышление, целеустремленность. Материал: предметные картинки с домашними животными</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
Январь 1 неделя	<p><b><u>Приветствие</u></b> создание положительного эмоционального настроения, атмосферы доверия и доброжелательности, снятия эмоционального напряжения: Сегодня у нас необычный урок, Сегодня мы сделаем еще один шаг В страну интересную, в страну замечательную, Где наше воображение ждет нас снова. Поэтому скорее пойдем в путь, Чтобы в нее заглянут.</p> <p><b><u>Упражнение на развитие восприятия «Посмотри и найди предметы круглой формы»</u></b></p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
2 неделя	<p><b><u>Упражнение на развитие восприятия «Радужный хоровод»</u></b> Педагог демонстрирует волшебную игру красок обучая детей смешивать цвета, просит нарисовать вместе с ним радугу. "Каждый (красный) охотник (оранжевый), желает (желтый) знать (зеленый) знать где (голубой) сидит (сидит) фазан (фиолетовый).</p> <p><b><u>Беседа по картинкам (части суток)-</u></b> дидактические картинки по времени день, ночь, утро - вечер.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
3 неделя	<p><b><u>Упражнение «Продли ряд по пунктирной линией»</u></b> Цель: развивать мелкую мускулатуру пальцев рук, уровень саморегуляции. Психолог предлагает детям продолжить ряд по пунктирной линии.</p> <p><b><u>Упражнение на развитие восприятия «Встань, если услышишь слово, обозначающее растение»</u></b> (печка, стул, пирог, машина, кот, сапоги, ляля, доска, волк, медведь,</p>	

	<p>попугай, хобот, слон, обезьяна, корова, лось, цыпленок, кактус, соболь, груша, цветок, береза, верба, бабушка, платье, малыш, сирень, гвоздика, трава, листок, вода, лягушка, яблоко, лилия, куст, пальма.)</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Упражнение на развитие внимания «Рисую палочки»</u></b> Педагог дает ребенку лист бумаги и кисточку и просит нарисовать свое настроение с помощью разноцветных палочек. Затем просит нарисовать настроение мамы, папы, кошки и т.д.</p> <p><b><u>Упражнение на развитие мышления: «Найди пару», «Найди такой же».</u></b> - дидактическая игра с использованием стимульного материала в виде карточек с изображением одинаковых и различающихся предметов, овощей и фруктов или животных.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
Февраль 1 неделя	<p><b><u>Упражнение «Приветствие»</u></b> Цель: создать позитивно-эмоциональную атмосферу во время занятия, развивать вербальный способ общения. В гости к детям пришла Снежиночка. Она здоровается со всеми детьми, а дети с ней (сначала глазами, а потом и словами). Вопросы к ребенку: Какое сейчас время года? Когда наступает зима на дворе становится все белым. Почему? Посмотрите в окно. Что покрыл снежок?</p> <p><b><u>Игра на развитие памяти «Собери бусы в гирлянды»</u></b> Предложите соединить бусы в гирлянды, обращая внимание на чередование по цвету бус, после того, как взрослый прочитает стихотворение: Шел по лесу Дед Мороз мимо кленов и берез, Мимо просек, мимо пней, шел по лесу восемь дней, Он по бору проходил – елки в бусы нарядил. В эту ночь под Новый год он ребятам их снесет.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
2 неделя	<p><b><u>Дыхательное упражнение «Певец»</u></b> Глубокий вдох. Руки при этом медленно поднимаются через стороны вверх. Задержка дыхания на вдохе. Выдох с открытым сильным звуком А-А-А. руки медленно опускаем. Вдох. Руки поднимаются до уровня плеч через стороны. Задержка дыхания. Медленный глубокий вдох. Руки при этом поднять до уровня груди. Задержка дыхания. Медленный выдох с сильным звуком У-У-У. Руки при этом</p>	

	<p>опускаются вниз, голова на грудь.</p> <p><b><u>Упражнение на развитии пространственных представлений «Ориентировка в окружающем пространстве»</u></b></p> <p>Психолог:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- У человека есть две руки, и для того, чтобы их не перепутать, каждой из них дали свое название – правая и левая. Руки всего лишь две, но они умеют делать многое. А что умеют делать твои руки?</li> <li>- Покажи, какой рукой ты рисуешь, пишешь, ешь.</li> <li>- В какой рук ты держишь ручку, карандаш, ложку.</li> <li>- Как называется эта рука? (следует показ).</li> <li>- Надень на правую (левую) руку браслет.</li> <li>- Подбрось мяч правой рукой.</li> <li>- Переложил кубик левой рукой. И т.д.</li> </ul> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
3 неделя	<p><b><u>Игровые упражнения по развитию пантомимики</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Расцвели, как цветы».</li> <li>• «Завяли, как травка».</li> <li>• «Полетим, как птицы».</li> <li>• «Идет медведь по лесу».</li> <li>• «Крадется волк за зайцем».</li> <li>• «Плывут уточки».</li> <li>• «Идут пингвины».</li> <li>• «Жук перевернулся на спину».</li> <li>• «Скачут лошади» («рысью», «галопом»).</li> <li>• «Мчатся олени»</li> </ul> <p><b><u>Дидактическая игра «Назови одним словом»</u></b></p> <p>Цель: учить подбирать обобщающее понятие; развивать память, мышление, внимание, речь.</p> <p>Материал: картинки с изображением групп предметов (игрушки, посуда, одежда, мебель).</p> <p>Ход игры: предложить ребенку рассмотреть рисунки и назвать одним словом то, что изображено в отдельных строчках.</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Упражнение «Обведи по контуру и разрисуй»</u></b></p> <p>Цель: развивать мелкую мускулатуру пальцев рук, уровень саморегуляции.</p> <p>Материал: психолог предлагает детям обвести по контуру предметные рисунки, раскрасить их и назвать, что получилось.</p> <p><b><u>Упражнение «Волшебный тазик»</u></b> (развитие обонятельных и вкусовых ощущений)</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
Март 1 неделя	<p><b><u>Упражнение на развитие мелкой моторики «Приветствие»</u></b></p> <p>Этот пальчик хочет спать, А этот пальчик уже лег, Этот пальчик лишь вздремнул,</p>	

	<p>А этот - уже заснул.  Этот крепко - крепко спит,  Тихо-тихо, не шумите!  Солнце утром взойдет,  Утро ясное придет.  Будут птички щебетать,  Будут пальчики вставать.  <b><u>Рисование: «Моя мама»</u></b></p> <p><b><u>Проигрывание ситуаций с последующим анализом: «Мама заболела»</u></b></p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
2 неделя	<p><b><u>Упражнения "Тренируем эмоции"</u></b></p> <p><u>Цель:</u> Научиться понимать эмоции других, выражать собственные эмоции и чувства</p> <p><b>.Нахмуриться как:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осенняя туча,</li> <li>- рассерженный человек,</li> <li>- злая волшебница.</li> </ul> <p><b>улыбнуться, как:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кот на солнце,</li> <li>- само солнце,</li> <li>- как Буратино,</li> <li>- как хитрая лиса,</li> <li>- как радостный ребенок,</li> <li>- как будто ты увидел чудо.</li> </ul> <p><b>позлишь, как:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок, у которого отняли мороженое,</li> <li>- два барана на мосту,</li> <li>- как человек, которого ударили.</li> </ul> <p><b>испугайся, как:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок, потерявшийся в лесу,</li> <li>- заяц, увидевший волка,</li> <li>- котенок, на которого лает собака.</li> </ul> <p><b>устань, как:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- папа после работы,</li> <li>- муравей, поднявший тяжелый груз,</li> </ul> <p><b>отдохни, как:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- турист, снявший тяжелый рюкзак,</li> <li>- ребенок, который много потрудился, но помог маме,</li> <li>- как уставший воин после победы.</li> </ul> <p><b><u>Упражнение на развитие мелкой моторки «Графический диктант»</u></b></p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
3 неделя	<p><b><u>Игра на развитие памяти «Колумбово яйцо»</u></b> Инструкция: «Давай попробуем восстановить разбитое яичко. У тебя есть осколки от «волшебного яйца» и чертеж, по которому можно правильно и точно сложить яйцо».</p>	



	<p><b><u>Упражнение на развитие внимания «Нарисуй фигуру, которую я назову»</u></b></p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Беседа о временах года</u></b> Вопросы: Какие времена года вы знаете? Когда на улице падает снег? Когда на деревьях распускаются почки? в какое время года ласточки улетают на юг?</p> <p><b><u>Дидактическая игра «Назови время года».</u></b> Солнце печет, Липа цветет. Рожь колосится, Золотится пшеница. Кто скажет, кто знает, Когда это бывает? Ответ: Лето</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
Апрель 1 неделя	<p><b><u>Упражнение на развитие мелкой моторики «Приветствие»</u></b> Раз, два, три, четыре, пять (разогнуть по очереди) Вышли пальчики гулять. (Расставить пальцы) Этот пальчик гриб нашел (загнуть большой палец), Этот - чистил (загнуть указательный), Этот - варил (загнуть средний), Этот - порезал (загнуть безымянный), Ну а этот всех угостил (загнуть мизинец)</p> <p><b><u>Упражнение на развитие мышления, развитие граф. навыков</u></b> Зашумленные картинки</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
2 неделя	<p><b><u>Игра «Гусеница»</u></b> Играть можно с одним ребенком или с группой. Сегменты гусеницы прикрепляются в определенном порядке по заданию воспитателя или желанию ребенка либо на магнитно-маркерную доску, либо с помощью контактной ленты (липучки) к коврографу. Задания: выложи гусеничку... - расположив цифры от 1 до 5 (6,7,8,9) - от самого маленького числа до самого большого - от самого большого числа до самого маленького - от 2 до 7 (от 3 до 6 и т. д.) - какая цифра потерялась</p> <p><b><u>«Игра с прищепками» развитие воображения и мышления.</u></b></p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
3 неделя	<p><b><u>Игра «Найди свое сердце»</u></b></p> <p>Цель. Обучить детей ориентироваться в правой и левой стороне собственного тела. Оборудование. Фломастеры красного и зеленого цвета. Ход игры. Психолог просит ребенка определить, где у него сердце, давая возможность рукой почувствовать биение сердца. Если он самостоятельно не может дотянуться до сердца, психолог помогает ему в</p>	

	<p>этом, пассивно прикладывая руку к сердцу. Затем психолог объясняет детям, что у всех людей сердце находится с левой стороны. Таким образом, ребенок определяет сначала левую руку, на которой психолог красным фломастером рисует сердце, а затем правую руку, на которой изображается, например, зеленый; флажок. Следовательно, цветная картинка является зрительным подкрепителем в процессе формирования умения различать правую и левую сторону у себя. В дальнейшем используются лишь цветовые сигналы (зеленый и красный), которые будут</p> <p><b><u>Упражнение на развитие восприятия «Где сидит мишка?»</u></b> Какая игрушка стоит перед (слева, справа, позади) мишки?»</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
4 неделя	<p><b><u>Игра «Закинь мяч в корзину»</u></b></p> <p>Цель. Закреплять умение находить правую и левую руку у самого себя. Оборудование. Корзина, мячи красного и зеленого цвета. Ход игры. В центре кабинета ставится корзина, рядом кладутся мячи красного и зеленого цвета. Ребенок должен любым доступным ему способом передвижения добраться до корзины и правой рукой положить все мячи зеленого цвета в корзину, затем вернуться обратно. Цвет мячей является сигналом, помогающим правильно определить правую или левую (в зависимости от инструкции) руку.</p> <p><b><u>Игра «Узнай на ощупь»</u></b> (развитие восприятия, тактильной памяти)</p> <p><b>Упражнение «Дневник занятий»</b></p>	
Май	<p>Проведение итоговой диагностики об индивидуальных особенностях психического развития ребенка. (на конец года)</p>	