

# **МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области

Управление образования Администрации города Нижний Тагил

## **МБОУ СОШ № 66**

### **ПРИНЯТА:**

Решением педагогического совета  
МБОУ СОШ № 66  
Протокол № 2 от 31.08.2023

### **УТВЕРЖДЕНО:**

Директор  
МБОУ СОШ № 66  
Туранова Т.С.  
Приказ № 150/1-ОД от 31.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА  
«КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ:  
ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)»**

**г. Нижний Тагил  
2023 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности (коррекционно-развивающего курса)

«Психокоррекционные занятия» разработана в соответствии следующих документов:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273 ФЗ (в ред Федеральных законов от 07.05.2013 399-ФЗ, от 23.07.2013 №203-ФЗ).
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014 г. № 1599;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)", утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрирован 30.12.2022 № 71930)

Основной **целью** создания данной программы является:

формирование представлений сознательной деятельности, направленной на познание окружающего мира, развитие представлений об окружающей действительности, активизация познавательной деятельности, повышение общего уровня развития учащихся, создание оптимальных условий для проявления возможностей каждого ребенка.

### **Задачи:**

- формировать, развивать, совершенствовать и корректировать познавательные процессы (восприятия, внимания, памяти, мышления);
- формировать позитивную учебную мотивацию;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности к себе, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;
- формирование продуктивных видов взаимоотношений с окружающими;
- формирование и развитие навыков социального поведения.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями адаптированной основной образовательной программы на основе авторских программ «Уроки психологического развития в средней школе (5-6 классы)» Локаловой Н.П., М., «Тропинка к своему Я (уроки психологии в средней школе (5-6 классы)» Хухлаевой О.В. М., «Я – подросток. Программа уроков психологии», автора Микляева А. В, пособие для школьного психолога.

### **Психолого-педагогические особенности развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)**

Умственная отсталость — это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной нервной системы (ЦНС).

Развитие обучающегося с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), представляет собой поступательный процесс, привносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу.

### **МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Рабочая программа коррекционно-развивающего курса «Психокоррекционные занятия» входит в часть учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, а именно в коррекционно-развивающую область. Продолжительность реализации программы 5 лет. Общее количество часов в год по каждому классу 68

часа. На основании учебного календарного графика данное число может корректироваться.

Количество занятий в неделю 2

Продолжительность занятия: 30-40

## **СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА «Коррекционно-развивающие занятия (психокоррекционные)»**

Содержание коррекционно-развивающего курса включает в себя следующие модули:

1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения
2. Формирование личностного самоопределения
3. Развитие коммуникативной сферы

Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения» направлен на формирование произвольной регуляции поведения, учебной деятельности и собственных эмоциональных состояний у обучающихся. В процессе коррекционно-развивающих занятий идет развитие способности управлять собственными психологическими состояниями, а также по-ступками и действиями. Проводится работа над способностью самостоятельно выполнять действия по усвоенной программе, самостоятельно выполнять действия по внутренней программе и переносить ее на новый материал. Так же большое внимание уделяется развитию эмоциональной регуляции подростком своего поведения и эмоционального реагирования. Формируется способность управлять, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, проявлять адекватные эмоции в ситуации общения в различных статусно ролевых позициях, развивается умение определять конкретные цели своих поступков, искать и находить, адекватные средства достижения этих целей.

Модуль «Формирование личностного самоопределения» направлен на осознание и принятие своих индивидуальных личностных особенностей, позитивное реалистичное отношение к себе, первичное определение своей жизненной стратегии в части профессионального самоопределения и обучения.

Значимым в коррекционно-развивающей работе является развитие осознания и принятия общепринятых жизненных ценностей и нравственных норм, умения анализировать социальные ситуации, принимать обдуманные, взвешенные решения, нести ответственность за свои поступки.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Для отслеживания и оценки процесса достижения планируемых результатов освоения курса «Коррекционно-развивающие занятия (психокоррекционные)» проводится мониторинг сформированности универсальных учебных действий.

В широком смысле термин «**универсальные учебные действия**» означает умение учиться, т. е. способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта. В более узком (собственно психологическом) смысле - совокупность способов действия учащегося (а также связанных с ними навыков

учебной работы), обеспечивающих самостоятельное усвоение новых знаний, формирование умений, включая организацию этого процесса.

В составе основных видов универсальных учебных действий, соответствующих ключевым целям общего, а также адаптированного образования, выделяются четыре блока:

- 1) личностный;
- 2) регулятивный (включающий также действия саморегуляции);
- 3) познавательный;
- 4) коммуникативный.

**Личностные результаты** включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности. Формирование системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме.

**Метапредметные результаты** подразумевают освоение обучающимися межпредметных понятий и универсальных учебных действий (**регулятивных, познавательных, коммуникативных**), способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

## **ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Оценочные критерии результатов учащихся на начало и конец года производятся по следующим уровням:

Высокий уровень – можно поставить ребенку, совершившему большой качественный скачок в усвоении материала. Ребенок может достаточно самостоятельно выполнять задания, анализировать процесс и результаты познавательной деятельности. Устанавливает положительные эмоциональные контакты.

Средний уровень – учащийся выполняет часть заданий, допуская ошибки. Понимает инструкцию, активно использует обучающую помощь. усваивает положительные навыки общения со взрослыми и сверстниками.

Ниже среднего – учащийся частично владеет понятиями, частично соотносит и использует в деятельности. Выполняет элементарные действия.

Низкий уровень – учащийся не владеет понятиями, навыки находятся на начальном этапе формирования.

## Календарно-тематическое планирование коррекционных занятий

### 5 класс

№	Тема урока	Ко-во часов	Дата проведения
1	Входящая диагностика	1	
2	Входящая диагностика	1	
3	Входящая диагностика	1	
4	Входящая диагностика	1	
5	Рефлексия собственных личных качеств. Говорящая надпись.	1	
6	Умение слушать, вступать в обсуждение.	1	
7	Умение проигрывать, распознавать собственные чувства.	1	
8	Актуализация и анализ эмоционального опыта, связанного с отношением к средней и к начальной школе	1	
9	Развитие внутреннего плана действия	1	
10	Развитие внутреннего плана действия	1	
11	Установление закономерностей и развитие гибкости мышления.	1	
12	Установление закономерностей и развитие гибкости мышления	1	
13	Коррекция невнимательности и неспособности сосредоточиться.	1	
14	Как не поддаваться воздействию отвлекающих факторов	1	
15	Импульсивность и совершение необдуманных поступков	1	
	Внутренние и внешние отвлекающие факторы	1	
16	«Как работать с книгой».	1	

17	Работаем с книгой	1	
18	Развитие внимания в условиях коллективной деятельности.	1	
19	Развитие внимания в условиях коллективной деятельности	1	
20	Развитие умения дифференцировать чувства.	1	
21	Развитие умения дифференцировать чувства	1	
22	Учимся сравнивать.	1	
23	Учимся сравнивать.	1	
24	Существенное и несущественное.	1	
25	Существенное и несущественное.	1	
26	Развитие логики	1	
27	Развитие пространственных представлений	1	
28	Развитие пространственных представлений	1	
29	Угадайте выражение лица.	1	
30	Сравниваем понятия.	1	
31	Что я могу сказать о себе хорошее?	1	
32	Развитие умения различать виды поведения.	1	
33	Развитие умения различать виды поведения	1	
34	Познание своего поведения.	1	
35	Учимся договариваться	1	
36	Учимся договариваться	1	
37	Учимся уступать	1	
38	Учимся уступать	1	
39	Учимся сотрудничать	1	
40	Учимся сотрудничать	1	
41	Установление отношений	1	
	Следи за своими словами	1	
42	Учимся рассуждать	1	

43	Чувства бывают разные	1	
44	Чувства бывают разные	1	
45	Учимся различать эмоции	1	
46	Учимся различать эмоции	1	
47	Мои достоинства и недостатки	1	
48	Мои достоинства и недостатки	1	
49	Агрессия, обыгрывание эмоций	1	
50	Агрессия, обыгрывание эмоций: план действий	1	
51	Я повзрослел	1	
52	Я и мои друзья	1	
53	Следи за своими словами	1	
54	Как следовало бы поступить ,разбор ситуаций.	1	
55	Как следовало бы поступить , разбор ситуаций.	1	
57	Пойми свой гнев	1	
58	Как одолеть гору под названием «Гнев»	1	
59	Я и мои друзья	1	
60	Обсуждение проблем подростковой дружбы	1	
61	Коллективное обсуждение «Символ моего Я».	1	
62	Миролюбивые поступки	1	
63	Миролюбивые мысли	1	
64	Подведение итогов	1	
65	Диагностика итоговая	1	
66	Диагностика итоговая	1	
67	Диагностика итоговая	1	
68	Диагностика итоговая	1	
	<b>Всего</b>	<b>68</b>	

## Календарно-тематическое планирование коррекционных занятий

### 6 класс

№	Тема урока	Ко-во часов	Дата проведения
1	Входящая диагностика	1	
2	Входящая диагностика	1	
3	Входящая диагностика	1	
4	Входящая диагностика	1	
<b>Развитие произвольности психических процессов</b>			
5	Создание психологической безопасности, доверительной атмосферы, принятие правил.	1	
6	Коррекция невнимательности	1	
7	Коррекция невнимательности	1	
8	Причинно-следственные отношения	1	
9	Как не поддаваться воздействию отвлекающих факторов	1	
10	Развитие пространственных представлений	1	
11	Развитие внутреннего плана действия	1	
12	Установление закономерностей и развитие гибкости мышления	1	
13	Установление закономерностей и развитие гибкости мышления	1	
14	Установление закономерностей и развитие гибкости мышления	1	
15	Развитие ассоциативной памяти	1	



16	Развитие ассоциативной памяти	1	
17	Развитие сформированности действий		
18	Осознанность способа решения		
19	Формирование внутреннего плана действий		
20	Формирование владения разными формами выполнения задания		
<b>Релаксация - напряжение</b>			
21	Научись принимать свое настроение	1	
22	Отслеживание настроения	1	
23	Управление импульсивностью	1	
24	Управление импульсивностью	1	
25	Я учусь владеть собой". Обучение навыкам саморегуляции	1	
26	Дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию	1	
27	Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжением и расслаблением	1	
28	Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжением и расслаблением	1	
29	Управление гневом	1	
30	Управление гневом	1	
<b>Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений</b>			
31	«Что такое Я» - формирование целостного образа я	1	
32	Определение своего внутреннего мира через игру «Свет мой зеркальце, скажи!»	1	
33	Как мы выглядим в глазах других людей.	1	
34	Зачем человеку нужна уверенность в себе	1	
35	Источники уверенности в себе	1	
36	Какого человека мы называем неуверенным в себе	1	
37	«Признаки уверенного, неуверенного человека»	1	

38	Я становлюсь увереннее	1	
39	Уверенность и самоуважение	1	
40	Уверенность и уважение к другим	1	
41	Уверенность в себе и милосердие	1	
42	«Умение сказать «нет»	1	
43	«Умение сказать «нет»	1	
44	Я повзрослел	1	
45	У меня появилась агрессия	1	
46	Как выглядит агрессивный человек?	1	
47	Как выглядит агрессивный человек?	1	
48	Конструктивное реагирование на агрессию	1	
49	Конструктивное реагирование на агрессию	1	
50	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	1	
51	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	1	
52	Учимся договариваться	1	
53	Учимся договариваться	1	
54	Что такое конфликт?	1	
55	Конфликты в школе, дома, на улице	1	
56	Способы поведения в конфликте	1	
57	Конструктивное разрешение конфликтов	1	
58	Конструктивное разрешение конфликтов		
59	Стили поведения в конфликтах	1	
60	Конфликт как возможность развития	1	
61	Готовность к разрешению конфликта	1	
62	Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения	1	
63	Отработка навыков неконфликтного поведения	1	

64	Подведение итогов	1	
65	Диагностика итоговая	1	
66	Диагностика итоговая	1	
67	Диагностика итоговая	1	
68	Диагностика итоговая	1	
	<b>Всего</b>	<b>68</b>	

## Календарно-тематическое планирование коррекционных занятий

### 7 класс

№	Тема урока	Ко-во часов	Дата проведения
1	Входящая диагностика	1	
2	Входящая диагностика	1	
3	Входящая диагностика	1	
4	Входящая диагностика	1	
<b>Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения</b>			
5	Создание психологической безопасности, доверительной атмосферы, принятие правил	1	
6	Импульсивность и совершение необдуманных поступков	1	
7	Внутренние и внешние отвлекающие факторы	1	
8	Поиск решения	1	
9	Обдумывание предупреждающих знаков	1	
10	Развитие пространственных представлений	1	
11	Развитие внутреннего плана действия	1	
12	Установление закономерностей и развитие гибкости	1	

	мышления		
13	Как организовать свою познавательную деятельность	1	
14	Остановись и подумай! Управление импульсивностью	1	
15	Развитие ассоциативной памяти	1	
16	Оценка затрат времени	1	
17	Развитие сформированности действий	1	
18	План самоусовершенствования	1	
19	Формирование внутреннего плана действий	1	
20	Формирование владения разными формами выполнения задания	1	
<b>Релаксация - напряжение</b>			
21	Научись принимать свое настроение	1	
22	Отслеживание настроения	1	
23	Связь между эмоциями, мыслями, чувствами.	1	
24	Управление импульсивностью	1	
25	Я учусь владеть собой". Обучение навыкам саморегуляции	1	
26	Дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию	1	
27	Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжением и расслаблением	1	
28	Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжением и расслаблением	1	
29	Управление гневом	1	
30	Формирование навыков построения внутреннего плана действий, овладение приемами самоконтроля, саморегуляции	1	
<b>Развитие коммуникативной деятельности</b>			
31	«Что такое Я» - формирование целостного образа я	1	
32	Пойми свой гнев	1	

33	Как одолеть гору под названием «Гнев»	1	
34	Случаи отыгрывания эмоций	1	
35	Случаи отыгрывания эмоций: план действий	1	
36	Мои чувства	1	
37	Распознавание своих эмоциональных границ. Реакции организма	1	
38	Я становлюсь увереннее	1	
39	Уверенность и самоуважение	1	
40	Уверенность и уважение к другим	1	
41	Уверенность в себе и милосердие	1	
42	«Умение сказать «нет»	1	
43	Общение с другими людьми	1	
44	Я повзрослел	1	
45	. Я и другие Дружба начинается с улыбки. Настоящий друг?	1	
46	Как выглядит агрессивный человек?	1	
47	Как выглядит агрессивный человек?	1	
48	Конструктивное реагирование на агрессию	1	
49	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	1	
<b>Формирование личностного самоопределения»</b>			
50	Актуализация опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере	1	
51	Тренировка умения выражать свое эмоциональное состояние	1	
52	Закрепление навыков уверенного поведения	1	
53	Обучение тому, как справляться с обидой	1	
54	формирование более адекватной самооценки	1	
55	Создание позитивного эмоционального фона в группе	1	
56	Как находить в себе сильные и слабые стороны.	1	
57	Повышение самопонимания на основе осознания своих ограничений:положительных и отрицательных качеств	1	

58	Помощь в осознании мотивов своих поступков		
59	Общение с другими людьми	1	
60	Конфликт как возможность развития	1	
61	Готовность к разрешению конфликта	1	
62	Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения	1	
63	Отработка навыков неконфликтного поведения	1	
64	Подведение итогов. Позитивные изменения.	1	
65	Диагностика итоговая	1	
66	Диагностика итоговая	1	
67	Диагностика итоговая	1	
68	Диагностика итоговая	1	
	<b>Всего</b>	<b>68</b>	

### **Календарно-тематическое планирование коррекционных занятий**

#### **9 класс**

<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Ко-во часов</b>	<b>Дата проведения</b>
1	Входящая диагностика	1	
2	Входящая диагностика	1	
3	Входящая диагностика	1	
4	Входящая диагностика	1	
<b>Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения</b>			
5	Знакомство с характеристиками памяти человека	1	
6	Обучение работе с текста-ми, приемам запоминания, отработка полученных навыков	1	
7	Укрепление группового доверия к окружающим	1	
8	Снятие эмоционального напряжения	1	

9	Обучение навыкам внимательного отношения друг к другу.	1	
10	Формирование знаний о способах нейтрализации стресса	1	
11	Снятие мышечных зажимов	1	
12	Формирование у учащихся способности управлять своим психофизическим состоянием	1	
13	Формирование у учащихся способности управлять своим психофизическим состоянием	1	
14	Ознакомление учащихся с некоторыми приемами волевой мобилизации	1	
15	Отработка приемов сохранения самообладания	1	
16	Обучение умению выражать свои эмоции	1	
17	Выработка умений выражать эмоции адекватно ситуации	1	
18	Выявление предрасположенности к различным типам негативного поведения.	1	
19	Формирование представления о релаксационных техниках	1	
20	Отрабатывание релаксационных техник	1	
21	Обучение приемам релаксации		
22	Обучение приемам релаксации		
23	Внесение позитивных изменений План заботы о себе		
<b>Релаксация - напряжение</b>			
24	Научись принимать свое настроение	1	
25	Связь между эмоциями, мыслями, чувствами.	1	
26	Управление импульсивностью	1	
27	Я учусь владеть собой". Обучение навыкам саморегуляции	1	
28	Дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию	1	
29	Упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением	1	
30	Управление гневом	1	

31	Формирование навыков построения внутреннего плана действий, овладение приемами самоконтроля, саморегуляции	1	
<b>Развитие коммуникативной деятельности</b>			
32	Выяснение представления участников о значении общения в жизни человека	1	
33	Развитие способности принимать друг друга	1	
34	Представление о вербальных барьерах общения	1	
35	Обучение альтернативным вариантам поведения, анализу различных состояний	1	
36	Развитие умений анализировать коммуникативные ситуации на наличие барьеров общения	1	
37	Развитие умений анализировать коммуникативные ситуации на наличие барьеров общения	1	
38	Развитие коммуникативных личностных, интеллектуальных качеств в процессе межличностного общения	1	
39	Упражнения на вербальную коммуникацию	1	
40	Отработка навыков убеждения	1	
41	Отработка навыков убеждения	1	
42	Развитие способности адекватно реагировать на конфликтные ситуации	1	
43	Способы «выхода» из деструктивных состояний. Я-чувствую	1	
44	Следи за своими словами	1	
45	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	1	
46	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	1	
47	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	1	
48	Конфликты в общении и пути их разрешения	1	
49	. Конфликты в общении и пути их разрешения	1	
50	Что узнали. Чему научились.	1	
<b>Формирование личностного самоопределения»</b>			
51	Установление контакта с подростками и создание положительной мотивации к предстоящим занятиям	1	



52	Как найти в себе главные индивидуальные особенности, определить свои личные особенности	1	
53	Развитие навыков самоанализа, способствующих более глубокому самораскрытию, которое ведет к изменению себя	1	
54	Закрепление навыков самоанализа, способствующее более глубокому самораскрытию, которое ведет к изменению себя.	1	
55	Углубление процессов самораскрытия	1	
56	Учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.	1	
57	Учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.	1	
58	Индивидуальность восприятия человека человеком	1	
59	Как отношение других людей сказывается на наших переживаниях	1	
60	Знакомство учащихся с представителями различных профессий	1	
61	Ознакомление с понятиями «интересы и склонности»; определение интересов и склонностей; определение способов-управления интересами и склонностями	1	
62	Дать представление о многообразии мира профессий. Профессиограммы	1	
63	Обобщение и систематизация приобретенных знаний; обучение правилам составления личного профессионального плана.	1	
64	Составление личного профессионально самоопределения. Самопрезентация	1	
65	Диагностика итоговая	1	
66	Диагностика итоговая	1	
67	Диагностика итоговая	1	
68	Диагностика итоговая	1	
	<b>Всего</b>	<b>68</b>	

