

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для обучающихся с
ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) № 83 г. Челябинска»**

ПРИНЯТО:

на педагогическом Совете
протокол № 24
от 29.08.2024 года

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МБОУ С(К)ОШ № 83
_____/Е.А. Мамлеева
Приказ от 29.08.2024 г. № 58

**ПРОГРАММА
коррекционно-развивающего курса «Психокоррекционные занятия»
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), вариант 1.**

10 – 12 классы

Составила:
педагог-психолог
Рагульская Ольга Георгиевна

Челябинск, 2024
Срок реализации: 3 года

Программа
коррекционно-развивающего курса «Психокоррекционные занятия» (10-12 классы)
для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью программы коррекционной работы является обеспечение успешности освоения АООП обучающимися с легкой умственной отсталостью.

Психокоррекционные занятия обучающихся с педагогом-психологом являются важной составляющей частью образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Весь учебный процесс направлен на успешную социализацию обучающихся, формирование у них жизненных компетенций и имеет коррекционную направленность. Помимо фронтальной коррекционно-развивающей направленности образовательного процесса, в базисном учебном плане выделены часы для проведения специальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога с обучающимися 10-12 классов. Необходимость таких занятий продиктована несформированностью базовых психических функций, нарушениями произвольности всех видов деятельности, низким самоконтролем, ведущим к нарушению поведения и негативно отражающиеся на усвоении детьми материала по всем предметам, а также недостатками познавательной деятельности, а именно:

- узость, нецеленаправленность, слабая активность восприятия;
- длительность приема и переработки сенсорной и перцептивной информации;
- недостатки зрительно-пространственного гнозиса;
- несовершенство моторики;
- недостатки внимания;
- снижение познавательной активности;
- неустойчивая работоспособность;
- слабая дифференциация представлений, понятий, их уподобление;
- слабое владение символической деятельностью;
- дефекты мышления: несовершенство анализа, синтеза, обобщений; абстрагирования, косность и тугоподвижность мышления;
- низкий уровень организации мыслительной деятельности, снижение критичности мышления, слабость самоконтроля;
- эмоциональная неустойчивость;
- недостатки общего речевого развития.

Цель психокоррекционных занятий заключается в применении разных форм взаимодействия с обучающимися, направленными на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений учащихся; формирование навыков адекватного поведения.

Основные **задачи** реализации содержания:

1. Формирование учебной мотивации, стимуляция сенсорно-перцептивных, мнемических и интеллектуальных процессов.
2. Гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему "Я", повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля.

3. Развитие способности к эмпатии, сопереживанию; формирование продуктивных видов взаимоотношений с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения.

Основные **направления** работы:

- диагностика и развитие познавательной сферы (формирование учебной мотивации, активизация сенсорно-перцептивной, мнемической и мыслительной деятельности);
- диагностика и развитие эмоционально-личностной сферы (гармонизация психэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля);
- диагностика и развитие коммуникативной сферы и социальная интеграции (развитие способности к эмпатии, сопереживанию);
- формирование продуктивных видов взаимодействия с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения).

Эти направления варьируются в зависимости от возраста и особенностей обучающихся.

- Диагностика и коррекция нарушений в познавательной деятельности (процессы восприятия, мыслительные и мнемические функции, внимание и пр.);
- Диагностика и коррекция нарушений в эмоционально-волевой сфере (регулятивные функции поведения, саморегуляция и самоконтроль поведения, эмоций и чувств, волевые качества и пр.);
- Диагностика и коррекция нарушений в личностной сфере (представления о себе и других, самооценка, ценностные ориентации, интересы и склонности, рефлексивность, профплан и пр.)

Коррекционно-развивающая работа строится на основе таких **принципов**:

- - принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей;
- - принцип доступности, работы в зоне ближайшего развития ребёнка;
- - принцип комплексности;
- - принцип системности;
- - принцип структурированности;
- - деятельностный принцип;
- - принцип коммуникативной направленности;
- - принцип аффективной регуляции поведения;
- - принцип сознательности деятельности ребёнка.

2 СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержание образования в 10-12 классах определяется данной рабочей программой, разработанной на базе образовательной программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей воспитанников.

Коррекционная работа нацелена на формирование психических функций в той мере, которая позволить им быть максимально успешными в учебной и социальной деятельности. Результаты коррекционно-развивающей работы отличаются темпом их достижения: обучение учащихся знаниями, умениями и навыками происходит гораздо быстрее, чем исправление недостатков их развития. В коррекционной работе различают направленность на исправление дефектов, общих

для всех умственно отсталых детей (общая коррекция) и направленность на исправление дефектов, характерных для определённых групп учеников (индивидуальная коррекция). Известно, что основной дефект умственно отсталых детей заключается в нарушении сложных форм познавательной деятельности, в особенности мышления. Поэтому, общая коррекционная работа со всеми учениками заключается в исправлении дефектов мышления, в повышении интеллектуального уровня умственно отсталых детей. Общая коррекционная работа дополняется индивидуальной коррекцией недостатков, которые характерны для отдельных групп учащихся. Эта коррекционная работа реализуется в процессе дифференцированного подхода. Индивидуальная коррекция при фронтальной работе с классом осуществляется попеременной фиксацией внимания, то на одном, то на другом ученике.

Содержание занятий определяется актуальностью формирования той или иной психической функции для обучающихся, входящих в состав группы. Занятие, несмотря на выполнение специфических задач, носит комплексный характер и имеет смысловое единство, которое реализуется через сюжетность.

Коррекционный курс в каждом классе предполагает наличие трех разделов (блоков):

- Диагностика и коррекция нарушений в познавательной сфере;
- Диагностика и коррекция нарушений в эмоционально-волевой сфере;
- Диагностика и коррекция нарушений в личностной сфере.

Однако объем каждого из этих блоков в тематическом планировании варьируется в зависимости от класса и задач, решаемых на каждом возрастном этапе. Эти задачи конкретизированы в разделе 2 данной программы.

В связи с этим по этим трем блокам часы распределены следующим образом:

Наименование раздела (блока)	10 класс	11 класс	12 класс
Диагностика и коррекция нарушений в познавательной сфере	12	3	3
Диагностика и коррекция нарушений в эмоционально-волевой сфере	20	14	15
Диагностика и коррекция нарушений в личностной сфере	36	51	50

В ходе коррекционных занятий используются игровые, тренинговые, терапевтические, диагностические технологии, в частности, метод беседы, дискуссии, методы арт-терапии (рисование), сказкотерапии, песочной и музыкальной терапии, ролевые игры, психогимнастические упражнения, релаксационные, медитативные и визуализационные упражнения.

Условиями для проведения психокоррекционных занятий является отдельно помещение, имеющее игровую зону, оборудование и материалы, необходимые для качественного использования вышеперечисленных методов и технологий.

Предполагаются разные формы проведения занятий: индивидуальные или в небольших подгруппах (два — четыре человека) сменного состава, групповые, в том числе подгрупповые (2-4 человека).

Система оценивания по данному курсу не предполагает отметок, результаты коррекционно-развивающей работы фиксируются в индивидуальных картах развития обучающегося.

3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Коррекционно-развивающий курс нацелен на формирование личностных результатов, а также на формирование базовых учебных действий.

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Психорекционные занятия направлены на формирование у обучающихся 10-12 классов следующих БУД:

Личностные УД	Коммуникативные УД	Регулятивные УД	Познавательные УД
• осознание себя как гражданина России, имеющего определенные права и обязанности; • соотнесение собственных поступков и поступков других людей с принятыми и усвоенными этическими нормами; • определение нравственного аспекта в собственном	• признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; • участвовать в коллективном обсуждении проблем; • излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий; • дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний	• постановка задач в различных видах доступной деятельности (учебной, трудовой, бытовой); • определение достаточного круга действий и их последовательности для достижения поставленных задач; • осознание необходимости внесения дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения полученного результата с эталоном;	• Применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач;

поведении и поведении других людей; • ориентировка в социальных ролях; • осознанное отношение к выбору профессии.	(вопросы, ответы, повествование, отрицание и др.) в коммуникативных ситуациях с учетом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый-незнакомый и т.п.); • использовать некоторые доступные информационные средства и способы решения коммуникативных задач; выявлять проблемы межличностного взаимодействия и осуществлять поиск возможных и доступных способов разрешения конфликта; с определенной степенью полноты и точности выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть диалогической и основами монологической форм речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.	• осуществление самооценки и самоконтроля в деятельности; адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих.	• извлекать под руководством педагога необходимую информацию из различных источников для решения различных видов задач; • использовать усвоенные способы решения учебных и практических задач в зависимости от конкретных условий; • использовать готовые алгоритмы деятельности; устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости. •
---	---	--	--

Все разделы программы курса занятий взаимосвязаны, по каждому спланировано усложнение заданий от 10 к 12 классу. В основе предложенной системы лежит комплексный подход, предусматривающий решение на одном занятии разных, но однонаправленных задач из нескольких разделов программы, способствующих целостному психическому развитию подростка.

4 ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Психологическая коррекция» относится к коррекционно-развивающей области и входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

Курс рассчитан на весь учебный год. В учебном плане предусмотрено 2 часа занятий в неделю, т.к. по календарному графику школы в среднем 34 учебных недели, всего в год 68 часов.

Всего часов 68 (34x2), в неделю 2 часа.

№ п/п	Тема занятия	Вид работы	Количество часов
5	Мечты и планы	Беседа Дискуссия Рисование	1
6	Мои достижения в школе и вне школы	Беседа	1
7	Самый счастливый день	Упражнение-визуализация Беседа	1
8	Что приносит радость и счастье	Игровая деятельность Упражнения – визуализации Беседа	1
9	Интересы и увлечения	Игровая деятельность Беседа Проективный рисунок	2
10	Что делает жизнь интересной	Беседа Рисование	2
11	Как все успевать	Игровая деятельность Беседа Приемы сказкотерапии Рисование	2
12	Что такое зависимость и зависимое поведение	Беседа Дискуссия Анкетирование	2
13	Зависимость от компьютерных игр и соцсетей	Дискуссия Ролевая игра	2
14	Общение живое и виртуальное	Ролевые игры Беседа Дискуссия	1
15	Как быть успешным в учении	Дискуссия	1/16
16	Диагностика познавательной сферы (память)	Тестирование Анализ результатов тестирования	2
17	Техники развития познавательных способностей (память)	Упражнения на развитие памяти	2
18	Диагностика познавательной сферы (мышление)	Тестирование Анализ результатов тестирования	2
19	Техники развития познавательных способностей (мышление)	Упражнения на развитие мышления	2
20	Диагностика познавательной сферы (внимание)	Тестирование Анализ результатов тестирования	2
21	Техники развития познавательных способностей (внимание)	Упражнения на развитие внимания	2

22	Диагностика волевых качеств и самоконтроля	Тестирование Анализ результатов тестирования	2
23	Развитие волевых качеств и самоконтроля	Упражнения на развитие волевых качеств и самоконтроля	2/16
24	Увлечение и будущая профессия	Беседа	2
25	Профессии моих родных и близких	Беседа Игровая деятельность Рольевые игры	4
26	Гамма эмоций	Упражнения – визуализации Приемы песочной терапии Приемы музыкальной терапии Психогимнастика	1
27	О чем говорят наши чувства	Упражнения - медитации Приемы песочной терапии Приемы музыкальной терапии Психогимнастика	1
28	Как справиться с тяжелыми эмоциональными состояниями (депрессия, апатия, обида, горе)	Игровая деятельность Упражнения – визуализации Психогимнастика Приемы песочной терапии Приемы музыкальной терапии	4
29	Трудные жизненные ситуации: где искать помощь.	Упражнения – визуализации Психогимнастика	2
30	Вербальная агрессия	Игровая деятельность Беседа Проигрывание ситуаций	2
31	Невербальная агрессия	Рольевые игры Беседа	2
32	Как не допустить агрессию по отношению к себе	Беседа	2/20
33	Травля в школе: как быть	Анализ кинофрагментов Беседа	1
34	Открытые и скрытые конфликты	Рольевые игры Беседа	1
35	Как правильно себя вести в конфликте	Рольевые игры Беседа	1
36	Почему мы грустим	Рольевые игры Беседа Психогимнастика	1
37	Радость и счастье	Упражнения – визуализации Беседа Приемы сказкотерапии	1
38	Вдохновение и творчество	Беседа	1
39	Творческие способности	Рисование, лепка Дискуссия Психогимнастика	1
40	Как сохранить психологическое здоровье	Беседа Дыхательная гимнастика, медитация	1

41	Мир человеческих отношений	Беседа Приемы сказкотерапии Ролевые игры	1
42	Мои стратегии в общении	Беседа Анализ ситуаций	1
43	Общение в семье	Проективный рисунок Беседа	1
44	Лидерство и подчинение	Беседа Ролевые игры	1
45	Я – капитан своей жизни	Ролевые игры Дискуссия Приемы сказкотерапии	1
46	Самостоятельность и ответственность	Беседа	2
47	Итоги школьной жизни	Беседа	1/16

Календарно – тематическое планирование занятий по психокоррекции в 11 классе

Всего часов 68 (34x2), в неделю 2 часа.

№ п/п	Тема занятия	Вид работы	Количество часов
	Мечты и планы	Беседа	1
	Мечты и цели	Составление карты мечты Беседа Рисование	2
	Как достигать целей и желаний	Беседа Упражнения – техники достижения желаемого	2
	Мотивация достижения и избегания неуспеха	Тестирование Анализ результатов	2
	Что мне помогает, а что мешает учиться	Беседа	1
	Я - взрослый человек	Дискуссия Анализ ситуаций	2
	Трудности в общении	Анализ ситуаций Беседа	2
	Коммуникативные способности	Беседа Ролевая игра Упражнения	2
	Общение живое и виртуальное	Тестирование Анализ результатов Ролевые игры Беседа Дискуссия	2/16
	Невербальное общение, язык телодвижений	Психогимнастика Анализ телодвижений	2
	Вербальное общение	Упражнения - коммуникативные техники	2
	Что такое дистанция в общении	Беседа Ролевая игра Упражнения	1
	Трудные жизненные ситуации: утрата, переживание неуспеха, предательство	Беседа Ролевая игра Упражнения	1
	Познавательные способности (память).	Тестирование, Анализ результатов Коррекционно-развивающие упражнения	1
	Познавательные способности (внимание).	Тестирование, Анализ результатов Коррекционно-развивающие упражнения	1
	Познавательные способности (мышление).	Тестирование, Анализ результатов Коррекционно-развивающие упражнения	1
	Наши эмоции и чувства		2
	Конфликт. Стратегии поведения в	Ролевые игры	1

	конфликте	Тестирование	
	Конфронтация и сотрудничество	Беседа	1
	Конформизм и способность оставаться собой	Беседа Тестирование Анализ результатов	1
	Как избежать зависимости (табакокурение, алкогольная, наркотическая зависимости)	Беседа Дискуссия Анкетирование	2/16
	Зависимость от компьютерных игр и соцсетей	Дискуссия Анализ кинофрагмента Ролевая игра	2
	Зависимость от компьютерных игр и соцсетей	Дискуссия Анализ кинофрагмента Ролевая игра	2
	Как избежать зависимости (табакокурение, алкогольная, наркотическая зависимости)	Беседа Дискуссия Анкетирование	2
	Как преодолеть стеснение и неуверенность в общении	Беседа Ролевая игра Упражнения	2
	Уверенность и неуверенность как черта характера	Беседа Ролевая игра Упражнения	2
	Любовь к себе и другим	Беседа Ролевая игра	2
	Любовь и дружба	Беседа Ролевая игра	2
	Профессиональные интересы	Игровая деятельность Ролевые игры Беседа	2
	Как выбирать профессию	Упражнения – визуализации Приемы музыкальной терапии Анализ ситуаций	2
	Способности и будущая профессия	Тестирование Беседа	2/20
	Навигатор по миру профессий	Викторина	2
	Я-позиция	Беседа Рисование	2
	Адекватная и неадекватная самооценка	Тестирование Анализ результатов Беседа	2
	Командообразование	Игры на командообразование	2
	Дружба и любовь	Анализ ситуаций Анализ кинофрагментов	2
	Взрослость как ответственность	Беседа Анализ ситуаций	2
	Выученная беспомощность	Беседа Анализ ситуаций	2
	Итоги школьной жизни	Беседа	1
	Здравствуй, лето!	Беседа, рисование	1/16

Календарно – тематическое планирование занятий по психокоррекции в 12 классе
Всего часов 68 (34x2), в неделю 2 часа.

№ п/п	Тема занятия	Вид работы	Количество часов
2.	Мечты и планы.	Беседа Дискуссия Рисование	1
3.	Что значит быть взрослым.	Дискуссия	1
4.	Трудности взросления.	Беседа Упражнения – визуализации	2
5.	Трудности в общении со сверстниками.	Ролевая игра Беседа	2
6.	Конформизм: за и против.	Дискуссия Тестирование Анализ результатов	2
7.	Как избежать зависимости (табакокурение, алкогольная, наркотическая зависимости).	Беседа Дискуссия Анкетирование Анализ ситуаций	2
8.	Компьютерная зависимость.	Дискуссия Ролевая игра	2
9.	Девиянтное поведение.	Тестирование Анализ результатов Ролевые игры Беседа	2
10.	Тропинка к своему Я.	Беседа Рисование Упражнения-визуализации	2/16
11.	Мои мотивы.	Беседа Тестирование Анализ результатов Анализ ситуаций	1
12.	Мои желания, мечты и цели.	беседа Составление «Карты желаний»	2
13.	Мои ценности.	Рисование Составление карты ценностей, ранжирование	2
14.	Ценность отношений с другими людьми, семьи, дружбы.	Ролевая игра Анализ ситуаций Упражнения на рефлекссию	2
15.	Ценность здоровья.	Беседа Викторина	2
16.	Как сохранить психологическое здоровье.	Беседа Анализ ситуаций	2
17.	Профессиональные интересы, склонности, способности.	Игры по профориентации Беседа Тестирование	3
18.	Профессиональная деятельность	Упражнения – визуализации Беседа	2/16
19.	Коммуникативные способности.	Ролевая игра Тестирование	2

20.	Организаторские способности.	Беседа Тестирование Ролевые игры	2
21.	Познавательные способности (память).	Тестирование, Анализ результатов Коррекционно-развивающие упражнения	1
22.	Познавательные способности (внимание).	Тестирование, Анализ результатов Коррекционно-развивающие упражнения	1
23.	Познавательные способности (мышление).	Тестирование, Анализ результатов Коррекционно-развивающие упражнения	1
24.	Карта эмоций	Упражнения – визуализации Психогимнастика Рисование	1
25.	Неудобные эмоции, неврозы.	Дискуссия Психогимнастика	2
26.	Страхи и обиды.	Упражнения – визуализации Приемы песочной терапии Приемы музыкальной терапии Психогимнастика	2
27.	Умение прощать.	Анализ ситуаций	2
28.	Умение сопереживать, эмпатичность.	Тестирование Анализ кинофрагмента	2
29.	Умение сказать «Нет».	Ролевая игра Беседа	1
30.	Любовь к себе и самолюбование.	Анализ ситуаций Беседа	1
31.	Уважение к себе и гордыня.	Анализ ситуаций Беседа	1
32.	Юноши и девушки.	Анализ ситуаций Беседа	1/20
33.	Любовь и дружба.	Анализ ситуаций Беседа	2
34.	Готовность к браку.	Анализ ситуаций Дискуссия	1
35.	Взрослость любовь: реальная и мнимая.	Анализ ситуаций Дискуссия	1
36.	Ловушки общения	Ролевая игра Анализ ситуаций	2
37.	Вербальная и невербальная агрессия.	Беседа Дискуссия	2
38.	Стресс. «Как справиться со стрессом на экзамене?»	Беседа Дискуссия	2
39.	«Способы снятия нервно-психического напряжения».	Беседа Упражнения	3
40.	«Позитивное мышление. Формирование положительного образа будущего»	Беседа Упражнения Планирование	2
41.	Здравствуй, взрослая жизнь. Прощай школа!	Беседа, рисование	1/16