

Чернавская СОШ филиал муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения "Чистоозёрская средняя  
общеобразовательная школа Завьяловского района "имени вице-адмирала  
Петра Максимовича Ярового

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Протокол №1  
от "30.08.2024"

УТВЕРЖДЕНО  
директор школы  
О.И.Шаравин  
Приказ № 275  
от "30.08.2024"



**Адаптированная  
рабочая  
программа  
коррекционного  
курса  
«Психологическая коррекция» (вариант 1)  
5-9 класса  
Срок реализации 5 лет**

Разработчик рабочей  
программы: Горячева  
Л.И.,

с.Чернавка, 2024

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционно-развивающему курсу «Психологическая коррекция» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
  - Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Чистоозёрская средняя общеобразовательная школа Завьяловского района "имени вице-адмирала Петра Максимовича Ярового

• **Цель программы** – развитие познавательных процессов (памяти, внимания, восприятия, мышления) детей с умственной отсталостью с целью коррекции отклонений в их развитии *и/или ослабление недостатков в психическом и физическом развитии*, а также гармонизация личности и межличностных отношений учащихся и формирование навыков адекватного поведения.

Данные упражнения способствуют развитию познавательных психических процессов ребёнка. И это очень важно, потому что ребёнок получает возможность нормально и полноценно развиваться, входить в мир человеческих отношений и не чувствовать себя ущербным. Правильно построенная система коррекционных мероприятий позволяет сократить разрыв в развитии познавательной сферы между детьми.

**Основные задачи** реализации коррекционного курса «Психокоррекция»:

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.

### **Общая характеристика коррекционного курса «Психологическая коррекция»**

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) коррекционный курс «Психокоррекция» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. В программе предусмотрен специальный набор игр и упражнений, направленный на развитие познавательной сферы обучающихся, набор этюдов и игр, направленный на развитие эмоционально-личностной и коммуникативной сфер воспитанников. Таким образом в ходе реализации программы происходит комплексное воздействие на личность обучающихся, что создает предпосылки для лучшей социализации воспитанников.

Рабочая программа коррекционного курса состоит из следующих разделов:

1. Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия.

2. Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир".
3. Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка.
4. Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка.
5. Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений.
6. Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других".
7. Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение».
8. Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой».

### **Место коррекционного курса «Психологическая коррекция» в учебном плане**

Коррекционный курс «Психологическая коррекция» входит в образовательную область: «коррекционно-развивающие занятия».

Сроки реализации программы: 5 лет (5-9 класс);

Кол-во часов на изучение предмета в неделю:

5 - 9 класс - 102 часа в год (3 часа в неделю) 34 учебные недели;

Продолжительность занятий 20 – 40 мин.

### **Планируемые личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Психологическая коррекция».**

Оценка эффективности коррекционной программы осуществляется на протяжении всего учебного года и всего периода обучения. Оценка результатов проводится на начальном и заключительном этапе работы, промежуточные результаты оцениваются по результатам работы в каждом классе:

*в познавательной сфере:*

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией;

*в коммуникативной сфере:*

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими;
- ориентироваться в спектре профессий;

- формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям:

*в эмоционально-волевой сфере:*

- выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- адекватно воспринимать окружающую действительность и самого себя;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру.

### **Содержание коррекционного курса «Психологическая коррекция»**

Программа состоит из шести взаимосвязанных этапов:

#### **1. Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия.**

Включает в себя диагностику интеллектуального и психоэмоционального развития, обучающегося с умственной отсталостью, уровень включенности в общегрупповую деятельность.

#### **2. Коррекция когнитивных процессов.**

Развитие внимания, памяти, мышления. Приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков. Формирование умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения. Становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения. Расширение словарного запаса. Развитие внутреннего плана действий. Развитие пространственного восприятия и воображения.

#### **3. Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка.**

Приёмы психической саморегуляции. Обучение основам саморегуляции. Ориентировка в эмоциональных состояниях. Идентификация чувств. Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния. Воспитание чувства ответственности и долга. Знакомство с понятием «стресс», «вредные привычки». Воспитание навыков культурного поведения.

#### **4. Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка.**

Формирование понятия о том, что все люди разные и имеют свой характер. Развитие адекватного отношения к другому человеку, усвоение социально-приемлемых норм поведения. Формирование умения определять личностные черты других людей.

#### **5. Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений.**

Формирование осознания самого себя и определения своего внутреннего мира. Формирование умения определить личностные черты других людей. Раскрытие качеств, необходимых для активного общения. Знакомство с принципами хорошего слушания. Расширение представлений о способах самоанализа. Отстаивание своей точки зрения и аргументации.

#### **6. Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение».**

Развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Актуализация знаний о профессиональном самоопределении. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии. Личностные особенности и выбор профессии. Развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. Актуализация знаний о способах и путях получения профессии. Формирование и развитие навыков самопознания. Обобщение знаний о профессиональном самоопределении.

### Критерии и нормы оценки достижений

Итоги обучения подводятся безотметочным методом на протяжении всего коррекционно-педагогического процесса.

Оценка эффективности психокоррекционных воздействий определяется при повторном обследовании детей в конце года с помощью следующих диагностических методик:

Диагностика познавательной и эмоционально-волевой сферы. Используемые методики:

«Тревожность» (Экспресс – методика выявления тревожности у пятиклассников в период адаптации);

«Агрессия» (проективная методика «Кактус»).

«10 слов» (исследование памяти);

«Исключение лишнего» (исследование мышления);

«Методика Пьерона-Рузера» (исследование внимания);

«Мотивация учения» методика Н.Г. Лускановой;

«Самооценка» (Методика Демо-Рубинштейна);

Дифференциально - диагностический опросник. Методика предназначена для отбора на различные типы профессий в соответствии с классификацией типов профессий Е. А. Климова. (для 8 – 9 классов)

### Тематическое планирование 5 класс

3 часа в неделю, всего – 102 часа

№п/п	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия</b>	<b>4</b>
	<b>Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"</b>	<b>51</b>
	Коррекция и развитие внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов.	12
	"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	15
	"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания"	12
	"Коррекция и развитие восприятия и воображения".	12
	<b>Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка</b>	<b>43</b>
	"Учимся видеть друг друга"	9
	"Этот странный взрослый мир"	8
	"Фантазия характеров"	8
	"Умение владеть собой"	9
	«Культура общения»	9

	<b>Повторное тестирование</b>	<b>4</b>
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

### Тематическое планирование 6 класс

3 часа в неделю, всего – 102 часа

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия</b>	<b>4</b>
	<b>Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"</b>	<b>45</b>
	"Коррекция и развитие внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов".	12
	"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	12
	"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания".	12
	"Коррекция и развитие восприятия и воображения".	9
	<b>Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка</b>	<b>49</b>
	"Палитра характеров".	8
	"Что такое воля"	8
	"Умение владеть собой "	9
	«Что такое общение. Культура общения.»	12
	«Умение сотрудничать»	12
	<b>Повторная диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия</b>	<b>4</b>
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

### Тематическое планирование 7 класс

3 часа в неделю, всего – 102 часа

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия</b>	<b>4</b>
	<b>Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"</b>	<b>40</b>
	"Коррекция внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов".	6
	"Коррекция мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	8
	"Коррекция памяти. Обучение приёмам запоминания".	8
	"Коррекция восприятия".	6
	"Релаксация - напряжение"	6
	"Развитие рефлексивных навыков"	6
	<b>Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений</b>	<b>38</b>
	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	4
	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"	6
	Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю"	4
	Расширение представлений о способах самоанализа "Какое решение верно"	6

	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	6
	"Стили общения"	4
	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре".	2
	"Конфликты и способы их разрешения". Отработка навыков неконфликтного поведения.	6
	<b>Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка</b>	<b>16</b>
	"Умение владеть собой "	6
	«Что такое общение. Культура общения.»	4
	«Умение сотрудничать»	6
	<b>Повторное диагностика</b>	<b>4</b>
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

### Тематическое планирование 8 класс

3 часа в неделю, всего – 102 часа

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	<b>Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия</b>	<b>4</b>
	<b>Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"</b>	<b>26</b>
	"Коррекция и развитие внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов".	6
	"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	8
	"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания".	6
	"Коррекция и развитие восприятия".	6
	<b>Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других"</b>	<b>36</b>
	"Я - это я! Знаю ли я себя"	6
	"Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?	6
	"Я и Ты. Чем мы похожи".	6
	"Кто твой настоящий друг"	6
	" Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции	6
	"Поведение и культура	6
	<b>Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений</b>	<b>32</b>
	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	4
	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"	4
	Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю"	4
	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	4
	Устранение барьеров общения "Я + Ты"	6
	"Стили общения"	2
	"Конфликты и способы их разрешения". Отработка навыков неконфликтного поведения.	8
	<b>Повторная диагностика</b>	<b>4</b>
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

### Тематическое планирование 9 класс

3 часа в неделю, всего – 102 часа

№ п/п	Тема урока	Кол-
-------	------------	------

		<b>во часов</b>
	<b>Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия</b>	<b>4</b>
	<b>Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений</b>	<b>30</b>
	Структура общения и его виды	6
	Вербальное и невербальное общение.	6
	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	6
	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	6
	Конфликты в общении и пути их разрешения.	8
	<b>Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение"</b>	<b>30</b>
	Волшебный мир профессий. Классификация профессий.	8
	Ошибки в выборе профессий	6
	Мои профессиональные интересы и склонности. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии.	6
	Пути получения профессии	6
	Портрет подходящей профессии	4
	<b>Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой»</b>	<b>32</b>
	Что такое стресс. Способы помощи в стрессовых ситуациях	8
	Отработка навыков саморегуляции и самоконтроля кинезиологическими методами.	8
	Как подготовиться к итоговой контрольной работе или экзамену.	4
	Отработка навыков неконфликтного поведения.	8
	Обобщающее занятие. «Карта моей будущей жизни»	4
	<b>Повторная диагностика</b>	<b>4</b>
	<b>Итого</b>	<b>102</b>

#### **Материально – техническое обеспечение коррекционного курса.**

Для проведения коррекционной работы и реализации межпредметных связей требуется специально организованная **предметно-пространственная развивающая среда**:

- функционально ориентированные игрушки и пособия для развития сенсорно-моторных функций (строительные конструкторы с комплектом цветных деталей, раскладные пирамидки, плоские и объемные геометрические фигуры разной величины, полоски цветного картона разной длины и ширины, геометрическое лото, и др.);
- игрушки и пособия для развития тонкой моторики, спортивный инвентарь для развития крупной моторики (мячи разной величины: массажные и гладкие, кольца, обручи, шнуровки и т.д.);
- спортивный инвентарь для развития крупной моторики (шнуровки, мозаики, мячи, кольца, обручи, сенсорная "тропа" для ног, массажный коврик, полусфера и др.);
- оборудование для музыкального сопровождения занятий (для релаксации и для физминуток, звучащие музыкальные инструменты, изобразительные материалы и др.);
- материал техники АРТ-терапии (различные куклы, сюжетные игрушки, элементы одежды, сюжетные картинки, журналы, вырезки, альбомные листы формата А 4, акварельные краски, гуашь, цветная бумага, кисти, баночки для воды, пластилин, восковые карандаши);



- иллюстративный наглядный материал, направленный для понимания ситуаций межличностного взаимодействия, эмоциональных проявлений;
- мультимедийное сопровождение, видеопрезентации к урокам в соответствии с тематикой занятий;
- аудиозаписи для релаксации и рисования: звуки природы, цветотерапия, инструментальная музыка, детские песни и т.д.;
- комплекты раздаточных пособий, дидактических материалов, сюжетных картинок, фотографий;
- Предметы для нанизывания на стержень, шнур, нить (кольца, шары, бусины), звучащие предметы для встряхивания, предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра), вставления (стаканчики одинаковой величины) и др.

Интернет - ресурсы:

1. Инфоурок. <http://п^оигок.ги/>
2. Учи.ру <http://исЫ.ги/>
3. Интерактивное учебное пособие по ФГОС(диски)
4. Мерсибо <http://тег5|Ьо.ги/>
5. Российская электронная школа РЭШ <http://ге5И.еди.ги>
6. 1eaгшпдApp8.огд [http://1eaгпт\\$app5.ог\\$/](http://1eaгпт$app5.ог$/)