

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение «Общеобразовательная школа для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья № 10 города Асино Томской области»

Рассмотрена  
на заседании МО  
протокол № 1 от 30.08.2024 г.  
руководитель МО  
\_\_\_\_\_ Н.А. Пугачева

УТВЕРЖДЕНА  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ А.А.Лихачева  
30.08.2024 г.

Соответствует  
программному материалу  
Заместитель директора по  
УВР \_\_\_\_\_ Н.В.Драчук  
30.08.2024 г.

## **ГРУППОВЫЕ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**

8 класс

Рабочая программа

на основе ФАООП для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) (1 вариант)

Программу составила учитель  
Бочкарева Ольга Валерьевна

## 1. Пояснительная записка.

Рабочая программа «Групповых психокоррекционных занятий» предназначена для учащихся 8 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом министерства образования и науки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).
- Учебный план образовательной организации.

ФАООП УО (вариант 1) предполагает работу с обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

В соответствии с учебным планом рабочая программа «Групповых психокоррекционных занятий» предназначена для учащихся 8 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и основные направления работы.

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, обучающихся; формирование навыков адекватного поведения.

Цель коррекционных занятий - коррекция познавательной, эмоционально-волевой сферы младших подростков, повышение самостоятельности и расширение возможности их общения, развитие понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Задачи коррекционных занятий:

- формирование личностных мотивов к самостоятельному выполнению познавательных действий и решению познавательных задач;
- формирование способов усвоения новых знаний и овладения новыми умениями;
- коррекция познавательной деятельности;
- раскрытие творческих возможностей с учетом индивидуальных предпочтений обучающихся в познании окружающего социального и предметного мира;
- формирование речевых высказываний детей, обогащение словарного запаса с опорой на чувственный и практический опыт, на основе усвоения новых знаний и формирования умений.

Указанные задачи реализуются в следующих направлениях:

- диагностика и развитие познавательной сферы (формирование учебной мотивации, активизация сенсорно-перцептивной, мнемической и мыслительной деятельности);
- диагностика и развитие эмоционально-личностной сферы (гармонизация психоэмоционального 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 обучающегося в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения).

В процессе урока используются современные здоровьесберегающие технологии для сохранения и стимуляции здоровья

- Динамические паузы.
- Релаксация.
- Гимнастика пальчиковая.
- Гимнастика для глаз.
- Гимнастика дыхательная и артикуляционная.
- Самомассаж, точечный самомассаж.
- Коммуникативные игры (беседы, этюды, игротренинги, игротерапия)

## **2.Общая характеристика коррекционного курса.**

Для обучающихся с умственной отсталостью характерны: низкий уровень интеллектуальной активности (умственные операции недостаточно сформированы: в частности, дети с трудом обобщают и абстрагируют признаки предметов); некоторое недоразвитие сложных форм поведения (плохо развита произвольная регуляция поведения, вследствие чего детям трудно подчиняться требованиям учителя); речевая активность очень низкая, скуден запас знаний об окружающей действительности, спонтанная речь отличается бедностью словаря, отмечаются трудности понимания логико-грамматических конструкций; интерес к учебной деятельности не выражен, познавательная активность очень слабая и нестойкая; запоминание механическое. Эти учащиеся характеризуются эмоциональной неустойчивостью, наличием импульсивных реакций, неадекватной самооценкой. Социализация чрезвычайно затруднена в связи с отсутствием у них навыков межличностного общения в среде нормальных людей, несформированностью потребности в таком общении, негативным восприятием других людей, гипертрофированным эгоцентризмом, склонностью к социальному иждивенчеству. Эти дети не имеют широких контактов со сверстниками. Чаще всего они окружены людьми со сходными социально-психологическими и коммуникативными проблемами. Их навыки общения, социальные навыки весьма ограничены. Данная программа ориентирована на личностное развитие и развитие коммуникативных навыков, а также коррекцию эмоционально – волевой сферы.

Структура занятий включает в себя введение в занятие, основную часть, обсуждение занятия и заключительную часть. Каждое занятие традиционно начинается с процедуры приветствия. Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона. Используются дыхательные упражнения, разминка, упражнения на активизацию умственной деятельности. Далее происходит обсуждение результатов домашнего задания и припоминание содержания прошлого занятия, а также оценка своего настроения.

Основной этап занятия носит коррекционно-развивающий характер и нацелен на формирование и развитие основных функций, необходимых при усвоении учебного материала: развитию концентрации, устойчивости и распределения внимания, тренировки памяти, развитию пространственных представлений, речи и мышления. Используется совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия.

Заключительный этап включает в себя подведение итогов, обсуждение результатов работы и тех трудностей, которые возникли у детей при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопросы, чем они занимались и чему научились на данном занятии.

Мониторинг освоения программы Групповых психокоррекционных занятий проводится на психолого-педагогическом консилиуме (ППК) образовательной организации в ходе анализа результатов диагностической работы. Оценка образовательных достижений освоения программы выражается в уровневой шкале - 3 балла - значительная динамика, 2 балла - удовлетворительная динамика, 1 балл - незначительная динамика, 0 баллов - отсутствие динамики.

### 3. Описание места коррекционного курса в учебном плане.

Коррекционный курс «Групповых коррекционных занятий» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

Коррекционный курс	Класс	Часов в неделю	I	II	III	IV	Год
Групповые психокоррекционные занятия	8	3	24	24	30	24	102

### 4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса:

- умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;
- умение слушать и вступать в диалог;
- умение понимать и описывать свои чувства и эмоции.
- развитие памяти;
- развитие коммуникативных умений и навыков;
- развитие эмпатии, построение доверительных отношений между участниками занятий;
- гармонизация психоэмоционального состояния;
- развитие стрессоустойчивости, жизнестойкости;
- социализация и адаптация в современном обществе;
- умение оценивать поступки, видеть достоинства и недостатки своих действий и действий окружающих;
- владение навыками группового сотрудничества;

### 5. Содержание коррекционного курса.

Рабочая программа построена по цикличному принципу и предполагает повторение тематики основных разделов программы на более высоком уровне: усложняется речевой материал, дидактические и ролевые игры, расширяются понятия, усложняются формы социального взаимодействия.

Программно-методический материал включает несколько разделов:

#### **Раздел. Развитие и коррекция познавательной сферы.**

- развитие внимания, памяти, мышления;
- приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков;
- формирование развернутой монологической и диалогической речи. 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.

#### **Раздел. Развитие социальных и коммуникативных явлений.**

- формирование умения владеть средствами общения;
- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование умений коллективного обсуждения и выполнения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;
- формирование способности выражения собственного мнения;
- формирование позитивного образа «Я».

#### **Раздел. Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы и поведения «Познавай себя и других».**

- обучение выражению своих чувств, отделению чувств от эмоций и поведения;

идентификация чувств;

- формирование умения осознавать и анализировать собственное состояние;
- 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;
- поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению;
- понятие насилия и права защищать свои границы;
- формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя;
- понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций;
- коррекция агрессивности обучающихся;

#### **Раздел «Профессиональное самоопределение».**

- подготовить школьников к осознанному выбору будущей профессии;
- расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;
- сформировать у школьников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях;

#### **Раздел. Развитие навыков в преодолении трудных жизненных ситуаций.**

- сформировать психологическую устойчивость обучающихся к кризисным ситуациям, которые требуют мобилизовать ресурсы личности;
- расширить репертуар поведенческих стратегий в трудных жизненных ситуациях;
- сформировать индивидуальные навыки управления стрессом, в идеале — «открытие» индивидуального стиля поведения в стрессовых ситуациях;
- обучение способам (навыкам) оказания психологической поддержки человеку, находящемуся в критической ситуации; научить оказывать, запрашивать и получать поддержку.

В рамках мониторинга проводится диагностика обучающихся в начале и конце учебного года.

Цель обследования – изучение уровня когнитивных процессов.

#### **Исследование особенностей памяти, внимания:**

Методика "Запоминание 10 слов" (А.Р. Лурия)

#### **Исследование особенностей внимания:**

Методика "Корректирующая проба" (тест Бурдона)

#### **Исследование мышления:**

Методика «Выделение существенных признаков»

Методика «Исключение лишнего».

Тест Эббингауза

### **Годовое планирование уроков 8 класс (3 часа в неделю)**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Примечание
1	Диагностика	4	
2	Введение	2	
3	Коррекция познавательной сферы	19	
4	Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других"	21	

5	Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений	18	
6	Профессиональное самоопределение	16	
7	Развитие навыков в преодолении трудных жизненных ситуаций	22	

## 6. Тематическое планирование занятий в 8 классе

№ п/п	Кол-во часов	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
	<b>2</b>	<b>Диагностика</b>	
1-2	2	Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения
	<b>2</b>	<b>Введение</b>	
3-4	2	Что такое психология?	Слушание краткой лекции «Представление о психологии как науке и ее значении для человека». Разграничить психологическое воздействие психолога от медицинского.
	<b>19</b>	<b>Коррекция познавательной сферы</b>	
5-8	4	Коррекция и развитие внимания	Выполнение упражнений на развитие произвольного внимания. Просмотр видео «Когнитивные лайфхаки», «Внимание. Как усваивать информацию?» (урок 11)
9-12	4	Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций.	Выполнение упражнений на развитие способности систематизации объектов и информации. Обобщение и классификация объектов, выделение существенных признаков.
13-16	4	Коррекция и развитие памяти. Обучение приемам запоминания	Выполнение упражнений на развитие слуховой и зрительной памяти. Просмотр видео «12 упражнений которые помогли мне развить память»
17-20	4	Коррекция и развитие восприятия	Выполнение упражнений на развитие внимания и зрительного восприятия.
21-23	3	Коррекция и развитие речи	Выполнение упражнений на развитие лексико-грамматического строя речи
	<b>21</b>	<b>Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других"</b>	
24-26	3	Я—это я! Знаю ли я себя	Выполнение упражнений на формирование и развитие способностей к самопознанию, осознание своей личной уникальности
27-29	3	Я тебя понимаю. Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?	Выполнение упражнений на развитие навыков эмпатии.
30-31	2	Я и Ты. Чем мы похожи	Выполнение упражнений на развитие навыков самоанализа и наблюдательности.
32-34	3	"Кто твой настоящий друг"	Выполняет упражнения на развитие умения ценить и уважать друзей, находить положительные стороны личности в окружающих
35-37	3	"Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции	Выполнение дыхательных упражнений, упражнения на релаксацию, упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением
38-39	2	Поведение и культура	Выполнение упражнений на вежливость, развивать умение начать, поддержать и вести разговор.
40-41	2	Личность и темперамент	Беседа на раскрытие понятия «личность» и «темперамент». Упражнения на выявление

			отличительных черт личности каждого из обучающихся путем изучения темперамента. Выполнение теста «Тип темперамента».
42-43	2	Интересы, привычки, взгляды, убеждения	Выполнение упражнений на формирование представлений о мировоззрении человека, его привычках, взглядах, убеждениях.
44	1	Поведение и поступки как проявление личности человека	Выполнение упражнений на умение делать выводы и умозаключения
	<b>18</b>	<b>Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений</b>	
45-46	2	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	Выполняет упражнения на умение определить личностные черты других людей, передачу внутренних черт характера через выразительные позы, умений распознавать эмоциональное состояние по мимике.
47-48	2	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"	Выполняет упражнения на развитие мимических движений, развитие коммуникативных навыков.
49-50	2	Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю"	Выполняет упражнения на формирование навыков активного слушания.
51-52	2	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения.
53-54	2	Устранение барьеров общения "Я + Ты"	Работа с таблицей барьеры общения. Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения.
55-57	3	Стили общения	Заполнение таблицы разные стили общения. Участие в разыгрывание этюдов беседы
58-59	2	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешественники»	Выполнение упражнений на развитие навыков совместной работы.
60-62	3	Конфликты и способы их разрешения. Отработка навыков неконфликтного поведения.	Отрабатывание навыков неконфликтного поведения
	<b>16</b>	<b>Профессиональное самоопределение</b>	
63-65	3	Профессии будущего	Выполнение упражнений на развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Просмотр видео «Профессии будущего. Что такое ситифермер и адвокат для роботов».
66-67	2	Профессии прошлого	Выполнение упражнений на актуализацию знаний о профессиях прошлых лет.
68	1	Ошибки в выборе профессии	Выполнение упражнений на актуализацию знаний о профессиональном самоопределении. Выработка алгоритма принятия решения о профессиональном самоопределении.
69-71	3	Мои профессиональные интересы и склонности.	Упражнение на изучение личностных особенностей выбора профессии. Тестирование.
72-74	3	Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии.	Изучение основных медицинских противопоказаний при выборе профессии.

75-76	2	Пути получения профессии	Выполнение упражнений на актуализацию знаний о способах и путях получения профессии
77-78	2	Портрет подходящей профессии	Мини сочинение или творческая работа
	<b>22</b>	<b>Развитие навыков в преодолении трудных жизненных ситуаций</b>	
79-80	2	Трудные ситуации повседневной жизни.	Выполнение упражнений на разбор жизненных ситуаций
81-82	2	Правила антистрессового поведения	Выполнение упражнений на расширение репертуара поведенческих стратегий в стрессовых ситуациях. Просмотр видео мультфильма «Умение управлять своими эмоциями»
83-84	2	Тренинг нестандартных поступков и преодоление низкой самооценки	Цели: повысить психологическую устойчивость обучающихся к кризисным ситуациям; принятие собственной индивидуальности; расширить поведенческий репертуар и жизненный опыт.
85-86	2	Обращение за помощью в трудных жизненных ситуациях	Упражнения на разбор вариантов помощи в трудной жизненной ситуации, выработка алгоритма запрашивать и получать поддержку.
87-89	3	Тренинг занятие «В мире с собой»	Выполнение упражнений на формирование позитивного самосознания и ответственности за собственную личность.
90-91	2	Я и Мой выбор	Выполнение упражнений на формирование осознанной позиции в отношении наркотиков и выработка навыков аргументированной защиты своей позиции
92-94	3	Жизнестойкая личность	Цели: развитие позитивного мышления, осознанности жизненного выбора, актуализация жизнотворчества
95-97	3	Оказание психологической поддержки человеку в трудной жизненной ситуации и самоподдержка	Выполнение упражнений на обучение навыкам оказания психологической поддержки человеку, который находится в кризисной ситуации; повышение стрессоустойчивость
98-100	3	Стратегии достижения цели. Оценка ресурсов и препятствий.	Выполнение упражнений на осмысление значимых целей, ресурсов собственной личности, выработка индивидуальной стратегии достижения цели.
	<b>2</b>	<b>Диагностика</b>	
101-102	2	Итоговая диагностика	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально личностного и эмоционального развития в конце обучения
<b>Итого: 102 часа</b>			

## **7. Учебно- методическое и материально - техническое обеспечение**

Учебно - методическое и материально - техническое обеспечение образовательного процесса соответствует требованиям, предъявляемым к организации образовательного процесса и обеспечивает реализацию учебной программы.

### **Технические средства обучения:**

-Компьютер, проектор.

### **Оборудование и приборы:**

- Ручка, простой карандаш.

- Цветные карандаши.

- Тетради.

### **Методические пособия**

Опорные таблицы

Наглядно-дидактическое пособие «Что такое «хорошо» и что такое «плохо»»

Наглядно-дидактическое пособие «Эмоции»

ФГИС «Моя школа»

РЭШ <https://resh.ru>

## **Список литературы**

1. Александровская Э.М., Кокуркина Н.И. Психологическое сопровождение подростков в школе: Метод, рекомендации по организации групповой работы. - М., 2000;
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г., Жилина Э.В., Луполишина Т.В., Работа с детьми, перенесшими психологические травмы, «Речь», 2012;
3. Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. «Как преодолеть трудности в обучении детей» М. «Ось89», 2003;
4. Бреслав Г.Э., Психологическая коррекция детской и школьной агрессивности, «Речь», 2007;
5. Вацлавик П. Как стать несчастным без посторонней помощи. - М., 1993.
6. Забрамная С.Д. «Ваш ребенок учится во вспомогательной школе», М. «Педагогика-пресс», 1993;
7. Мамайчук И.И., Психологическая помощь детям с проблемами в развитии, С-П, 2008
2. Марковская И. Ф. Задержка психического развития. - М., 1993.
3. Микляева А.В.Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. -СПб.: Речь,2006
4. Микляева А.В.Я – подросток. Программа уроков психологии. - СПб.,2006
5. Микляева Н.В., Микляева Ю.В., Работа педагога-психолога в ОУ, Айрис дидактика, 2007
6. Немов Р.С. Практическая психология - М., 1998
7. Немов Р.С. Психология, книга 1, Владос, 2003
8. Немов Р.С. Психология, книга 1, Владос, 2003
9. Психолого-медико-педагогическая работа, Волгоград, 2009, автор-составитель Т.А.Емцева;
10. Рогов Е.И. Настольная книга школьного психолога - М., 1999
17. Сборник психологических тестов/ сост. Миронова Е.Е. Минск 2005
18. Б.Р.Матвеева. Развитие личности подростка: программа практических занятий. – С-П., 2007.

### **Электронные образовательные ресурсы**

Русский образовательный портал

<http://www.gov.ed.ru>

Федеральный российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru>

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 507203158059586111652294573924499816527024422881

Владелец Лихачёва Анна Антоновна

Действителен с 11.01.2024 по 10.01.2025