

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**

9 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 обучающихся 9 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 9 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	9	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. Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы и поведения «Познавай себя».**

- 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. 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 «Я среди людей».**

- 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 «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 и коррекция навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой».**

- 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 9 класс (3 часа в неделю)**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Примечание
1	Диагностика	4	
2	Введение	2	
	Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя"	24	
3	Коррекция познавательной сферы	11	
4	Отцы и дети	10	

5	Коррекция и развитие социальных и коммуникативных явлений «Я среди людей»	16	
6	Профессиональное самоопределение	18	
7	Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой»	17	

## 6. Тематическое планирование занятий в 9 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>24</b>	<b>Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя"</b>	
5-6	2	Чувства и эмоции людей: Как понять свои чувства?	Слушание краткой лекции об особенностях эмоциональной сферы. Выполнение упражнений на формирование позитивного отношения к себе и другим людям.
7-8	2	Я управляю счастьем. Трекер настроения.	Слушание краткой лекции «Трекер настроения». Выполнение практической работы
9-10	2	Чувства и эмоции людей: Как преодолевать негативные эмоции?	Выполнение упражнений на формирование навыка конструктивного общения.
11-12	2	Чувства и эмоции людей: Как оказывать поддержку?	Выполнение упражнений на развитие собственных коммуникативных возможностей.
13-14	2	Взаимодействие с другими: Дружба и манипуляция	Выполнение упражнений на осознание качеств, необходимых для эффективного взаимодействия и сотрудничества
15-16	2	Черты характера: Чем я отличаюсь от других?	Слушание краткой лекции про особенности характера. Выполнение упражнений на определение характера. Групповая работа.
17-18	2	Индивидуально-личностные качества человека.	Заполнение таблицы. Обсуждение.
19-20	2	Идеал – совершенный человек. Идеалы подростков	Работа в группе. Обсуждение.
21-22	2	Палитра характеров.	Выполнение упражнений на сопоставление различных черт характера и адекватной самооценки.
23-24	2	Что такое воля?	Выполнение упражнений на раскрытие волевых возможностей

25-26	2	Я управляю привычками. Трекер привычек.	Слушание краткой лекции «Трекер привычек». Выполнение практической работы
27-28	2	Обратная связь: Я о себе, другие обо мне	Выполнение групповой работы
	<b>11</b>	<b>Коррекция познавательной сферы</b>	
29-30	2	Коррекция и развитие внимания	Выполнение упражнений на развитие произвольного внимания. Просмотр видео «Когнитивные лайфхаки», «Внимание. Как усваивать информацию?» (урок 11)
31-33	3	Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций.	Выполнение упражнений на развитие способности систематизации объектов и информации. Обобщение и классификация объектов, выделение существенных признаков.
34-35	2	Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания	Выполнение упражнений на развитие слуховой и зрительной памяти. Просмотр видео «12 упражнений которые помогли мне развить память»
36-37	2	Коррекция и развитие восприятия и воображения	Выполнение упражнений на развитие внимания и зрительного восприятия.
38-39	2	Коррекция и развитие речи	Выполнение упражнений на развитие лексико - грамматического строя речи
	<b>10</b>	<b>Отцы и дети</b>	
40-41	2	Семья в жизни человека. Отношения в семье	Обсуждение представлений о жизненных планах и ценностях человека; Помочь учащимся осознать особенности своего отношения к представителям противоположного пола, способствовать формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу в ходе совместного принятия группового решения;
42-43	2	Кто я в моей семье?	Выполнение упражнений на формирование ценности теплых эмоциональных отношений между людьми, помочь осознать различия в отношении к «своим» и «чужим», развивать толерантное отношение к «другим».
44-45	2	Семейные ценности	Выполнение упражнений на углубление представлений о семейных отношениях и роли каждого члена семьи.
46-47	2	Семейные правила	Заполнение таблицы. Мини сочинение.
48-49	2	Азбука здоровья: Что значит быть здоровым?	Слушание краткой лекции об основных аспектах здорового образа жизни.
	<b>16</b>	<b>Коррекция и развитие социальных и коммуникативных явлений «Я среди людей»</b>	
50-51	2	Способности и ресурсы: Каков мой мир?	Обсуждение представлений о жизненных планах и ценностях человека.
52-53	2	Мои жизненные планы	Выполнение индивидуальной работы.
54-55	2	Реальное и идеальное: Что в жизни важно?	Выполнение групповой работы, заполнение таблицы.
56-57	2	Реальное и идеальное: мои ценности	Выполнение индивидуальной работы.
58-59	2	Любовь и счастье. Первая любовь	Слушание краткой лекции. Выполнение упражнения «Ситуации».

60-61	2	Влюбленность и любовь: «Мы выбираем, нас выбирают...»	Выполнение упражнения формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу.
62-63	2	Романтические отношения	Выполнение упражнения формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу.
64-65	2	Правила поведения юноши и девушки	Обсуждение особенностей поведения девушки и юноши в социуме и изменяющемся мире.
	<b>18</b>	<b>Профессиональное самоопределение</b>	
66-68	3	Профессии будущего	Выполнение упражнений на развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Просмотр видео «Профессии будущего. Что такое ситифермер и адвокат для роботов».
69-70	2	Профессии прошлого	Выполнение упражнений на актуализацию знаний о профессиях прошлых лет.
71-72	2	Ошибки в выборе профессии	Выполнение упражнений на актуализацию знаний о профессиональном самоопределении. Выработка алгоритма принятия решения о профессиональном самоопределении.
73-75	3	Мои профессиональные интересы и склонности.	Упражнение на изучение личностных особенностей выбора профессии. Тестирование.
76-78	3	Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии.	Изучение основных медицинских противопоказаний при выборе профессии.
79-81	3	Пути получения профессии. Образовательные учреждения	Выполнение упражнений на актуализацию знаний о способах и путях получения профессии
82-83	2	Портрет подходящей профессии	Мини сочинение или творческая работа
	<b>17</b>	<b>Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой»</b>	
84-85	2	Что такое стресс. Способы помощи в стрессовых ситуациях	Выполнение упражнений на развитие навыков борьбы со стрессом
86-87	2	Отработка навыков саморегуляции и самоконтроля кинезиологическими методами.	Выполнение упражнений на развитие навыка самоконтроля и релаксации
88-90	3	Как подготовиться к итоговой контрольной работе или экзамену	Участие детей в тренинг-занятии.
91-92	2	Отработка навыков неконфликтного поведения	Выполнение упражнений на развитие навыка бесконфликтного общения
93-95	3	Релаксация - напряжение	Выполнение упражнений на обучение навыкам саморегуляции. Выполнение дыхательных упражнения, упражнений на релаксацию.
96-98	3	Развитие рефлексивных навыков	Выполнение упражнений на формирование рефлексивных навыков, способствующих психическому и личностному росту. Выполнение упражнений на развитие сформированности действий анализа и осознанность способа решения.
99-	2	Обобщающее занятие. «Карта	Выполняет задания, направленные на обобщение



100		моей будущей жизни»	полученных знаний, развитие представлений о будущем
	<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>

