

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Тверская школа №4»

Утверждаю:  
Директор ГКОУ «Тверская школа №4»  
\_\_\_\_\_ Бурундукова А.И.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ  
(ВАРИАНТ 1)

КОРРЕКЦИОННЫЙ КУРС  
«ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)»

Педагог-психолог:  
Соловьева А.Д.

## Оглавление

1. Целевой раздел .....	3
1.1 Пояснительная записка .....	3
1.2 Цель и задачи программы .....	3
1.3 Принципы формирования программы .....	4
1.4 Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с интеллектуальными нарушениями .....	5
1.5 Планируемые результаты .....	8
6 КЛАСС .....	8
7 КЛАСС .....	11
8 КЛАСС .....	15
9 КЛАСС .....	19
2. Содержательный раздел .....	22
3. Организационный раздел .....	23
3.1 Место курса в учебном плане .....	23
3.2 Тематическое планирование .....	24
6 КЛАСС .....	24
7 КЛАСС .....	25
8 КЛАСС .....	25
9 КЛАСС .....	26
Список литературы .....	27

## **1. Целевой раздел**

### **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая программа «Психокоррекционные занятия (психологические)» направлена на развитие личности обучающегося с интеллектуальными нарушениями подросткового возраста, его коммуникативных и социальных компетенций, гармонизацию его взаимоотношений с социумом.

Под умственной отсталостью в дефектологии понимают стойкое, необратимое нарушение преимущественно познавательной сферы, возникающее из-за органического поражения коры головного мозга, имеющего диффузный характер. Характерная особенность дефекта при умственной отсталости – нарушение высших психических функций. Следовательно, нарушается работа всех познавательных процессов (ощущения, восприятия, памяти, мышления, воображения, речи, внимания), страдают эмоционально-волевая сфера, моторика и личность в целом. Чтобы корректировать последствия нарушения развития и поспособствовать социальной адаптации обучающихся и успешному освоению обучающимися АООП, требуется психокоррекционная работа. Отсюда и возникает необходимость разработки коррекционно-развивающей психолого-педагогической программы для обучающихся основного общего образования с интеллектуальными нарушениями.

Данная программа содержит практические методы психолого-педагогического воздействия по созданию условий для личностного развития детей с умственной отсталостью, как залога успешной социальной адаптации в дальнейшем.

### **1.2 Цель и задачи программы**

*Целью программы* является создание условий для личностного развития и развития коммуникативных умений и навыков детей с умственной отсталостью.

*Задачи программы:*

- развитие саморегуляции и саморефлексии;

- коррекция и развитие когнитивных процессов;
- формирование положительных межличностных взаимоотношений между учениками, на основе которых каждый смог бы успешно социализироваться;
- формирование образа «Я», навыков самопознания;
- развитие эмоционально-волевой сферы;
- освоение навыков работы в коллективе;
- развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

### 1.3 Принципы формирования программы

Содержание рабочей программы определяют следующие принципы:

**Принцип приоритетности интересов** обучающегося определяет отношение работников организации, которые призваны оказывать каждому обучающемуся помощь в развитии с учетом его индивидуальных образовательных потребностей.

**Принцип системности** обеспечивает единство всех элементов коррекционно-воспитательной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.

**Принцип непрерывности** обеспечивает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения школьника с учетом изменений в их личности.

**Принцип вариативности** предполагает создание вариативных программ коррекционной работы с детьми с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития.

**Принцип единства психолого-педагогических и медицинских средств**, обеспечивающий взаимодействие специалистов психолого-педагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционно-воспитательной работы.

*Принцип сотрудничества с семьей* основан на признании семьи как важного участника коррекционной работы, оказывающего существенное влияние на процесс развития ребенка и успешность его интеграции в общество.

#### **1.4 Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с интеллектуальными нарушениями**

Под умственной отсталостью в дефектологии понимают стойкое, необратимое нарушение преимущественно познавательной сферы, возникающее из-за органического поражения коры головного мозга, имеющего диффузный характер. Характерная особенность дефекта при умственной отсталости – нарушение высших психических функций. Следовательно, нарушается работа всех познавательных процессов (ощущения, восприятия, памяти, мышления, воображения, речи, внимания), страдают эмоционально-волевая сфера, моторика и личность в целом.

Умственно отсталые лица составляют неоднородную группу. В зависимости от времени воздействия патологического фактора выделяют две формы интеллектуальной недостаточности: олигофрения и деменция (распад психики).

Диагноз олигофрения ставится в том случае, если поражение мозга возникло или во время внутриутробного развития, или во время родов, или после родов в период до 3 лет, т.е. до становления речи. Такие дети практически здоровы, однако у них наблюдается стойкое недоразвитие психики, которому характерно не только отставание от нормы, но и своеобразие. При олигофрении органическая недостаточность мозга носит резидуальный (остаточный), непрогредиентный (неусугубляющийся) характер, отсутствует нарастание интеллектуального нарушения. При данном диагнозе наблюдается положительная динамика: олигофрены способны к развитию, хоть оно и протекает замедленно и атипично.

Деменция (слабоумие) проявляется на более поздних этапах онтогенеза, после 3 лет. Основными причинами её возникновения являются

черепно-мозговые травмы (сотрясения, ушибы), различные нейроинфекционные заболевания (менингит, энцефалит). Наблюдается прогрессирующая деградация ребенка. При деменции происходит распад уже сформировавшихся психических функций, интеллектуальный дефект необратим. Но в некоторых случаях с помощью лечения можно добиться некоторого замедления этого процесса.

Стоит отметить сформулированные Г.Е. Сухаревой клинико-психологические «законы» олигофрении: тотальность нервно-психического недоразвития и его иерархичность.

Тотальность означает, что в состоянии недоразвития находятся все нервно-психические и даже соматические функции, начиная от врожденной несформированности внутренних органов, недоразвития роста, систем органов, несформированности сенсорики и моторики, элементарных эмоций; заканчивая недоразвитием высших психических функций.

Иерархичность выражается в том, что, как правило, недостаточная развитость высших психических функций, таких как речь, эмоции, память, проявляется меньше, чем недоразвитие мышления. То есть мышление в структуре дефекта умственно отсталых лиц является наиболее поврежденным элементом.

Обучающиеся с УО – это дети с недоразвитием психики, которое в первую очередь характеризуется нарушением способностей, проявляющихся в период созревания и обеспечивающих общий уровень интеллектуальности, т.е. когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Дети с легкой степенью умственной отсталости отстают в развитии от нормально развивающихся сверстников: позже начинают ходить, говорить, овладевать навыками самообслуживания. Эти дети неловки, физически слабы, часто болеют. Они мало интересуются окружающим: не исследуют предметы, не проявляют любопытства к процессам и явлениям,

происходящим в природе, социальной жизни. К концу дошкольного возраста их активный словарь беден, фразы односложны, дети не могут передать элементарное связное содержание. Пассивный словарь также значительно меньше по объему. Они не понимают конструкций с отрицанием, инструкций, состоящих из двух-трех слов, даже в школьном возрасте им трудно поддерживать беседу, так как они не всегда достаточно хорошо понимают вопросы собеседника. Несмотря на трудности формирования представлений и усвоения знаний и навыков, задержку в развитии разных видов деятельности, дети с незначительной умственной отсталостью имеют возможности для развития. У них сохранно конкретное мышление, они способны ориентироваться в практических ситуациях, у большинства эмоционально-волевая сфера более сохранна, чем познавательная, они охотно включаются в трудовую деятельность.

Дети с легкой степенью умственной отсталости вследствие недоразвития познавательной деятельности и личности в целом испытывают определённые трудности в процессе обучения, требующем понимания сообщаемых сведений, запоминания, воспроизведения и применения их на практике. Для продвижения ребёнка с легкой степенью умственной отсталости в общем развитии, для усвоения им знаний, умений и навыков необходимо специально организованная система обучения и воспитания, включающая в себя психологическую коррекцию основных психических процессов, эмоционально-волевой, коммуникативной и моторно-двигательной сфер. Особенно важным представляется формирование и развитие познавательных процессов, поскольку мыслительной деятельности, базирующейся на адекватном восприятии, достаточно развитых внимании и памяти создаёт основу для продвижения умственно отсталого ребёнка в развитии, способствует усвоению учебной программы и закладывает базу для социально-трудовой адаптации выпускников общеобразовательной школы.

## 1.5 Планируемые результаты

### 6 КЛАСС

Планируемые результаты:

***Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:***

- в умении различать учебные ситуации, в которых необходима посторонняя помощь для её разрешения, с ситуациями, в которых решение можно найти самому;
- в умении обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи;
- в умении использовать помощь взрослого для разрешения затруднения, давать адекватную обратную связь учителю: понимаю или не понимаю;
- в умении написать при необходимости SMS-сообщение, правильно выбрать адресата (близкого человека), корректно и точно сформулировать возникшую проблему.

***Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни, проявляющееся:***

- в расширении представлений об устройстве домашней жизни, разнообразии повседневных бытовых дел, понимании предназначения окружающих в быту предметов и вещей;
- в умении включаться в разнообразные повседневные дела, принимать посильное участие;
- в адекватной оценке своих возможностей для выполнения определенных обязанностей в каких-то областях домашней жизни, умении брать на себя ответственность в этой деятельности;
- в расширении представлений об устройстве школьной жизни, участии в повседневной жизни класса, принятии на себя обязанностей наряду с другими детьми;

- в умении ориентироваться в пространстве школы и просить помощи в случае затруднений, ориентироваться в расписании занятий;
- в умении включаться в разнообразные повседневные школьные дела, принимать посильное участие, брать на себя ответственность;
- в стремлении участвовать в подготовке и проведении праздников дома и в школе.

***Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:***

- в расширении знаний правил коммуникации;
- в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;
- в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);
- в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;
- в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;
- в умении получать и уточнять информацию от собеседника;
- в освоении культурных форм выражения своих чувств.

***Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющаяся:***

- в расширении и обогащении опыта реального взаимодействия обучающегося с бытовым окружением, миром природных явлений и вещей, расширении адекватных представлений об опасности и безопасности;
- в адекватности бытового поведения обучающегося с точки зрения опасности (безопасности) для себя и для окружающих; сохранности окружающей предметной и природной среды;

- в расширении и накоплении знакомых и разнообразно освоенных мест за пределами дома и школы: двора, дачи, леса, парка, реки, городских и загородных достопримечательностей и других.

- в расширении представлений о целостной и подробной картине мира, упорядоченной в пространстве и времени, адекватных возрасту ребёнка;

- в умении накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира;

- в умении устанавливать взаимосвязь между природным порядком и ходом собственной жизни в семье и в школе;

- в умении устанавливать взаимосвязь общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, соответствовать этому порядку.

- в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;

- в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;

- в накоплении опыта освоения нового при помощи экскурсий и путешествий;

- в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком;

- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей;

- в способности взаимодействовать с другими людьми, умении делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами.

***Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, проявляющаяся:***

- в знании правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми

- разного статуса, с близкими в семье; с учителями и учениками в школе; со знакомыми и незнакомыми людьми;
- в освоение необходимых социальных ритуалов, умения адекватно использовать принятые социальные ритуалы, умения вступить в контакт и общаться в соответствии с возрастом, близостью и социальным статусом собеседника, умения корректно привлечь к себе внимание, отстраниться от нежелательного контакта, выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие, намерение, просьбу, опасение и другие.
- в освоении возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения;
- в умении проявлять инициативу, корректно устанавливать и ограничивать контакт;
- в умении не быть назойливым в своих просьбах и требованиях, быть благодарным за проявление внимания и оказание помощи;
- в умении применять формы выражения своих чувств соответственно ситуации социального контакта.

## 7 КЛАСС

Планируемые результаты:

***Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:***

- в умении различать учебные ситуации, в которых необходима посторонняя помощь для её разрешения, с ситуациями, в которых решение можно найти самому;
- в умении обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи;

- в умении использовать помощь взрослого для разрешения затруднения, давать адекватную обратную связь учителю: понимаю или не понимаю;

- в умении написать при необходимости SMS-сообщение, правильно выбрать адресата (близкого человека), корректно и точно сформулировать возникшую проблему.

***Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни, проявляющееся:***

- в расширении представлений об устройстве домашней жизни, разнообразии повседневных бытовых дел, понимании предназначения окружающих в быту предметов и вещей;

- в умении включаться в разнообразные повседневные дела, принимать посильное участие;

- в адекватной оценке своих возможностей для выполнения определенных обязанностей в каких-то областях домашней жизни, умении брать на себя ответственность в этой деятельности;

- в расширении представлений об устройстве школьной жизни, участии в повседневной жизни класса, принятии на себя обязанностей наряду с другими детьми;

- в умении ориентироваться в пространстве школы и просить помощи в случае затруднений, ориентироваться в расписании занятий;

- в умении включаться в разнообразные повседневные школьные дела, принимать посильное участие, брать на себя ответственность;

- в стремлении участвовать в подготовке и проведении праздников дома и в школе.

***Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:***

- в расширении знаний правил коммуникации;

- в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых

обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;

- в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);

- в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;

- в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;

- в умении получать и уточнять информацию от собеседника;

- в освоении культурных форм выражения своих чувств.

***Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющаяся:***

- в расширении и обогащении опыта реального взаимодействия обучающегося с бытовым окружением, миром природных явлений и вещей, расширении адекватных представлений об опасности и безопасности;

- в адекватности бытового поведения обучающегося с точки зрения опасности (безопасности) для себя и для окружающих; сохранности окружающей предметной и природной среды;

- в расширении и накоплении знакомых и разнообразно освоенных мест за пределами дома и школы: двора, дачи, леса, парка, реки, городских и загородных достопримечательностей и других.

- в расширении представлений о целостной и подробной картине мира, упорядоченной в пространстве и времени, адекватных возрасту ребёнка;

- в умении накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира;

- в умении устанавливать взаимосвязь между природным порядком и ходом собственной жизни в семье и в школе;

- в умении устанавливать взаимосвязь общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, соответствовать этому порядку.

- в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;

- в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;

- в накоплении опыта освоения нового при помощи экскурсий и путешествий;

- в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком;

- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей;

- в способности взаимодействовать с другими людьми, умении делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами.

***Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, проявляющаяся:***

- в знании правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми

- разного статуса, с близкими в семье; с учителями и учениками в школе; со знакомыми и незнакомыми людьми;

- в освоение необходимых социальных ритуалов, умении адекватно использовать принятые социальные ритуалы, умении вступить в контакт и общаться в соответствии с возрастом, близостью и социальным статусом собеседника, умении корректно привлечь к себе внимание, отстраниться от нежелательного контакта, выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие, намерение, просьбу, опасение и другие.

- в освоении возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения;
- в умении проявлять инициативу, корректно устанавливать и ограничивать контакт;
- в умении не быть назойливым в своих просьбах и требованиях, быть благодарным за проявление внимания и оказание помощи;
- в умении применять формы выражения своих чувств соответственно ситуации социального контакта.

## **8 КЛАСС**

Планируемые результаты:

***Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:***

- в умении различать учебные ситуации, в которых необходима посторонняя помощь для её разрешения, с ситуациями, в которых решение можно найти самому;
- в умении обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи;
- в умении использовать помощь взрослого для разрешения затруднения, давать адекватную обратную связь учителю: понимаю или не понимаю;
- в умении написать при необходимости SMS-сообщение, правильно выбрать адресата (близкого человека), корректно и точно сформулировать возникшую проблему.

***Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни, проявляющееся:***

- в расширении представлений об устройстве домашней жизни, разнообразии повседневных бытовых дел, понимании предназначения окружающих в быту предметов и вещей;

- в умении включаться в разнообразные повседневные дела, принимать посильное участие;

- в адекватной оценке своих возможностей для выполнения определенных обязанностей в каких-то областях домашней жизни, умении брать на себя ответственность в этой деятельности;

- в расширении представлений об устройстве школьной жизни, участии в повседневной жизни класса, принятии на себя обязанностей наряду с другими детьми;

- в умении ориентироваться в пространстве школы и просить помощи в случае затруднений, ориентироваться в расписании занятий;

- в умении включаться в разнообразные повседневные школьные дела, принимать посильное участие, брать на себя ответственность;

- в стремлении участвовать в подготовке и проведении праздников дома и в школе.

***Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:***

- в расширении знаний правил коммуникации;

- в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;

- в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);

- в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;

- в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;

- в умении получать и уточнять информацию от собеседника;

- в освоении культурных форм выражения своих чувств.

***Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющаяся:***

- в расширении и обогащении опыта реального взаимодействия обучающегося с бытовым окружением, миром природных явлений и вещей, расширении адекватных представлений об опасности и безопасности;

- в адекватности бытового поведения обучающегося с точки зрения опасности (безопасности) для себя и для окружающих; сохранности окружающей предметной и природной среды;

- в расширении и накоплении знакомых и разнообразно освоенных мест за пределами дома и школы: двора, дачи, леса, парка, речки, городских и загородных достопримечательностей и других.

- в расширении представлений о целостной и подробной картине мира, упорядоченной в пространстве и времени, адекватных возрасту ребёнка;

- в умении накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира;

- в умении устанавливать взаимосвязь между природным порядком и ходом собственной жизни в семье и в школе;

- в умении устанавливать взаимосвязь общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, соответствовать этому порядку.

- в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;

- в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;

- в накоплении опыта освоения нового при помощи экскурсий и путешествий;
- в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком;
- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей;
- в способности взаимодействовать с другими людьми, умении делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами.

***Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, проявляющаяся:***

- в знании правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми
- разного статуса, с близкими в семье; с учителями и учениками в школе; со знакомыми и незнакомыми людьми;
- в освоение необходимых социальных ритуалов, умении адекватно использовать принятые социальные ритуалы, умении вступить в контакт и общаться в соответствии с возрастом, близостью и социальным статусом собеседника, умении корректно привлечь к себе внимание, отстраниться от нежелательного контакта, выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие, намерение, просьбу, опасение и другие.
- в освоении возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения;
- в умении проявлять инициативу, корректно устанавливать и ограничивать контакт;
- в умении не быть назойливым в своих просьбах и требованиях, быть благодарным за проявление внимания и оказание помощи;

– в умении применять формы выражения своих чувств соответственно ситуации социального контакта.

## 9 КЛАСС

Планируемые результаты:

***Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:***

– в умении различать учебные ситуации, в которых необходима посторонняя помощь для её разрешения, с ситуациями, в которых решение можно найти самому;

– в умении обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи;

– в умении использовать помощь взрослого для разрешения затруднения, давать адекватную обратную связь учителю: понимаю или не понимаю;

– в умении написать при необходимости SMS-сообщение, правильно выбрать адресата (близкого человека), корректно и точно сформулировать возникшую проблему.

***Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни, проявляющееся:***

– в расширении представлений об устройстве домашней жизни, разнообразии повседневных бытовых дел, понимании предназначения окружающих в быту предметов и вещей;

– в умении включаться в разнообразные повседневные дела, принимать посильное участие;

– в адекватной оценке своих возможностей для выполнения определенных обязанностей в каких-то областях домашней жизни, умении брать на себя ответственность в этой деятельности;

- в расширении представлений об устройстве школьной жизни, участии в повседневной жизни класса, принятии на себя обязанностей наряду с другими детьми;

- в умении ориентироваться в пространстве школы и просить помощи в случае затруднений, ориентироваться в расписании занятий;

- в умении включаться в разнообразные повседневные школьные дела, принимать посильное участие, брать на себя ответственность;

- в стремлении участвовать в подготовке и проведении праздников дома и в школе.

***Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:***

- в расширении знаний правил коммуникации;

- в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;

- в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);

- в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;

- в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;

- в умении получать и уточнять информацию от собеседника;

- в освоении культурных форм выражения своих чувств.

***Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющаяся:***

- в расширении и обогащении опыта реального взаимодействия обучающегося с бытовым окружением, миром природных явлений и вещей, расширении адекватных представлений об опасности и безопасности;

- в адекватности бытового поведения обучающегося с точки зрения опасности (безопасности) для себя и для окружающих; сохранности окружающей предметной и природной среды;

- в расширении и накоплении знакомых и разнообразно освоенных мест за пределами дома и школы: двора, дачи, леса, парка, реки, городских и загородных достопримечательностей и других.

- в расширении представлений о целостной и подробной картине мира, упорядоченной в пространстве и времени, адекватных возрасту ребёнка;

- в умении накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира;

- в умении устанавливать взаимосвязь между природным порядком и ходом собственной жизни в семье и в школе;

- в умении устанавливать взаимосвязь общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, соответствовать этому порядку.

- в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;

- в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;

- в накоплении опыта освоения нового при помощи экскурсий и путешествий;

- в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком;

- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей;

- в способности взаимодействовать с другими людьми, умении делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами.

***Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, проявляющаяся:***

- в знании правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми
- разного статуса, с близкими в семье; с учителями и учениками в школе; со знакомыми и незнакомыми людьми;
- в освоение необходимых социальных ритуалов, умении адекватно использовать принятые социальные ритуалы, умении вступить в контакт и общаться в соответствии с возрастом, близостью и социальным статусом собеседника, умении корректно привлечь к себе внимание, отстраниться от нежелательного контакта, выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие, намерение, просьбу, опасение и другие.
- в освоении возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения;
- в умении проявлять инициативу, корректно устанавливать и ограничивать контакт;
- в умении не быть назойливым в своих просьбах и требованиях, быть благодарным за проявление внимания и оказание помощи;
- в умении применять формы выражения своих чувств соответственно ситуации социального контакта.

## **2. Содержательный раздел**

Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с умственной отсталостью на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. Выбор форм и приемов работы осуществляется с опорой на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. В ходе коррекционно-

развивающего занятия учитывается принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы, диалога.

Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с умственной отсталостью в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлекссию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействованы активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии и тренинговых занятий.

### **3. Организационный раздел**

#### **3.1 Место курса в учебном плане**

На психокоррекционные занятия (психологические) отводится 1 час в неделю (34 часов в учебном году).

Коррекционно-развивающие занятия проходят в специально оборудованном кабинете.

В соответствии с учебным планом для изучения курса коррекционно-развивающих занятий предусматриваются индивидуальные, подгрупповые и групповые формы работы.

### 3.2 Тематическое планирование

#### 6 КЛАСС

№	Тема	Количество часов
1.	Диагностика познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы	2
2.	Коррекция внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов	1
3.	Ознакомление с базовыми эмоциями человека	1
4.	Формирование умения правильно понимать чувства и настроения других людей	1
5.	Формирование эмпатии: как поддержать другого человека	1
6.	Формирование навыков саморефлексии: определение собственных эмоций	1
7.	Развитие саморегуляции	1
8.	Как я могу успокоиться: релаксационные упражнения, медитации	1
9.	Тренинг на развитие жизнестойкости	1
10.	Снятие общего напряжения с применением элементов арт-терапии	1
11.	Обсуждение «Что такое личность?»	1
12.	Жизненные ценности	1
13.	Жизнь человека – высшая ценность	1
14.	Ромашка: мои ценности	1
15.	Мои достоинства и недостатки	1
16.	Мои черты характера	1
17.	Просмотр видеороликов с последующим выделением черт характера персонажей	1
18.	Я глазами других	1
19.	Моя самооценка	1
20.	Обсуждение «Как повысить самооценку?»	1
21.	Практическая работа «Моя вселенная»	1
22.	Обсуждение «Что такое общение?»	1
23.	Практическая работа «Правила общения»	1
24.	Обсуждение «Что такое дружба?»	1
25.	Составление портрета настоящего друга, соотнесение себя с ним	1
26.	Развитие навыков сотрудничества	1
27.	Все профессии важны, все профессии нужны	1
28.	Формула выбора профессии	1
29.	Сопоставление компонентов «Я хочу» и «Я могу»	1
30.	Моя будущая профессия	1
31.	Рефлексия: итоги учебного года	1
32.	Итоговая диагностика	2
<b>Итого: 34 часов</b>		

## 7 КЛАСС

№	Тема	Количество часов
1.	Диагностика познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы	2
2.	Коррекция внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов	1
3.	Развитие внутреннего плана действий	1
4.	Развитие операций логического мышления	1
5.	Развитие критичности мышления	1
6.	Формирование умения правильно понимать чувства и настроения других людей	1
7.	Формирование эмпатии: как поддержать другого человека	1
8.	Формирование навыков саморефлексии: определение собственных эмоций	1
9.	Развитие саморегуляции	1
10.	Как я могу успокоиться: релаксационные упражнения, медитации	1
11.	Тренинг на развитие жизнестойкости	1
12.	Обсуждение «Что такое личность?»	1
13.	Жизненные ценности	1
14.	Жизнь человека – высшая ценность	1
15.	Ромашка: мои ценности	1
16.	Мои черты характера	1
17.	Я глазами других	1
18.	Моя самооценка	1
19.	Практическая работа «Моя вселенная»	1
20.	Обсуждение «Что такое общение?»	1
21.	Практическая работа «Правила общения»	1
22.	Обсуждение «Что такое дружба?»	1
23.	Составление портрета настоящего друга, соотнесение себя с ним	1
24.	Развитие навыков сотрудничества	1
25.	Развитие понятий «цель», «план», «задачи»	1
26.	Все профессии важны, все профессии нужны	1
27.	Формула выбора профессии	1
28.	Сопоставление компонентов «Я хочу» и «Я могу»	1
29.	Моя будущая профессия	1
30.	Рефлексия: итоги учебного года	1
31.	Практическая работа «Мои планы на летние каникулы»	1
32.	Итоговая диагностика	2
<b>Итого: 34 часов</b>		

## 8 КЛАСС

№	Тема	Количество часов
1.	Диагностика познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы	2
2.	Коррекция внимания и его свойств. Развитие произвольности	1

	психических процессов	
3.	Развитие операций логического мышления	1
4.	Развитие критичности мышления	1
5.	Формирование эмпатии: как поддержать другого человека	1
6.	Формирование навыков саморефлексии: определение собственных эмоций	1
7.	Развитие саморегуляции	1
8.	Как я могу успокоиться: релаксационные упражнения, медитации	1
9.	Тренинг на развитие жизнестойкости	1
10.	Обсуждение «Что такое личность?»	1
11.	Мое имя	1
12.	Мои роли в обществе	1
13.	Жизненные ценности	1
14.	Жизнь человека – высшая ценность	1
15.	Ромашка: мои ценности	1
16.	Мои достоинства и недостатки	1
17.	Просмотр видеороликов с последующим выделением черт характера персонажей	1
18.	Я глазами других	1
19.	Моя самооценка	1
20.	Обсуждение «Как повысить самооценку?»	1
21.	Мои сильные стороны	1
22.	Практическая работа «Моя вселенная»	1
23.	Обсуждение «Что такое дружба?»	1
24.	Составление портрета настоящего друга, сравнение себя с ним	1
25.	Развитие навыков сотрудничества	1
26.	Развитие понятий «цель», «план», «задачи»	1
27.	Мозговой штурм «Мои цели на ближайший год»	1
28.	Практическая работа «Я хочу» и «Я могу»	1
29.	Мои интересы и предпочтения	1
30.	Составление карты желаний	1
31.	Рефлексия: итоги учебного года	1
32.	Итоговая диагностика	2
<b>Итого: 34 часов</b>		

## 9 КЛАСС

№	Тема	Количество часов
1.	Диагностика познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы	2
2.	Формирование умения правильно понимать чувства и настроения других людей	1
3.	Формирование эмпатии: как поддержать другого человека	1
4.	Формирование навыков саморефлексии: определение собственных эмоций	1
5.	Развитие саморегуляции	1
6.	Как я могу успокоиться: релаксационные упражнения, медитации	1
7.	Тренинг на развитие жизнестойкости	1

8.	Обсуждение «Что такое личность?»	1
9.	Мои роли в обществе	1
10.	Ромашка: мои ценности	1
11.	Мои достоинства и недостатки	1
12.	Мои черты характера	1
13.	Я глазами других	1
14.	Моя самооценка	1
15.	Обсуждение «Как повысить самооценку?»	1
16.	Практическая работа «Моя вселенная»	1
17.	Обсуждение «Что такое общение?»	1
18.	Практическая работа «Правила общения»	1
19.	Обсуждение «Что такое дружба?»	1
20.	Составление портрета настоящего друга, сравнение себя с ним	1
21.	Развитие навыков сотрудничества	1
22.	Мозговой штурм «Мои цели на ближайший год»	1
23.	Обсуждение «Что будет после школы?»	1
24.	Мир профессий. Какие они бывают?	1
25.	Формула выбора профессии	1
26.	Практическая работа «Я хочу» и «Я могу»	1
27.	Мои интересы и предпочтения	1
28.	Составление списка желаемых профессий, вариантов их освоения	1
29.	Составление карты желаний	1
30.	Практическая работа «Я через 10 лет»	1
31.	Рефлексия: итоги учебного года	1
32.	Итоговая диагностика	2
<b>Итого: 34 часов</b>		

### Список литературы

1. Грецов А. Г., Попова Е. Г. Будь уверенным в себе. Практикум. / Информационно-методические материалы для подростков. Под общей редакцией проф. Евсеева С. П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2008. – 76 с.
2. Грецов А. Г., Попова Е. Г. Научись побеждать / Информационно-методические материалы для подростков. Под общей редакцией проф. Евсеева С. П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006. – 52 с.
3. Грецов А. Г., Попова Е. Г. Научись преодолевать стресс / Информационно-методические материалы для подростков. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006. – 56 с.
4. Грецов А. Г., Попова Е. Г. Раскрой свои способности / Информационно-методические материалы для подростков. – СПб., СПбГАФК имени П. Ф. Лесгафта, 2004. – 64 с.

5. Грецов А.Г., Попова Е.Г. Узнай себя / Информационно-методические материалы для подростков. – СПб. СПбГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 2004. – 60 с.
6. Детская и подростковая релаксационная терапия: Практикум / О. В. Баженова. – 2-е изд. (эл.). – М.: Генезис, 2016. – 289 с.
7. Когнитивно-поведенческая терапия для подростков. Рабочая тетрадь. Навыки и упражнения для управления настроением, повышения самооценки и совладания с тревогой / Рейчел Хатт; пер. с англ. Е.Н. Николаевой. – Киев.: «Диалектика»: 2021. – 192 с.
8. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие. – СПб.: Издательство «Речь», 2007. – 176 с.
9. Микляева А. «Я – подросток. Программа уроков психологии». – СПб.: Речь, 2006. – 336 с.
10. Мир общения: рабочая тетрадь арт-терапевта. – СПб.: Фонд «Эрмитаж XXI век», 2022. – 86 с.
11. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – 3-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 128 с.
12. Терапевтические игры для детей и подростков. 150 упражнений для повышения самооценки, налаживания отношений и совладания со стрессом / Кевин Грузевски; пер. с англ. А.Н. Шляховой. – Киев.: «Диалектика», 2021. – 224 с.
13. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание / А. Г. Грецов – «Питер», 2011
14. Файфер Л., Краудер А., Элсенраат Т., Галл Р. Практическая когнитивно-поведенческая терапия для детей и подростков. Более 200 упражнений для поддержки детей с тревожными и эмоциональными

расстройствами, с расстройствами поведения, детей с аутизмом и СДВГ. Пер. с англ. – СПб.: ООО «Диалектика», 2020. – 272 с.

15. Фопель К. На пороге взрослой жизни. Личность. Способность и сильные стороны. Отношение к телу: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. / К. Фопель. – 2-е изд. (эл.). – М.: Генезис, 2018. – 215 с.

16. Фопель К. На пороге взрослой жизни. Отделение от семьи. Любовь и дружба. Сексуальность: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами / К. Фопель. – 2-е изд. (эл.). – М.: Генезис, 2018. – 174 с.

17. Фопель К. На пороге взрослой жизни. Планирование жизни. Решение проблем. Сотрудничество: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. / К. Фопель, А. О. Ефименко. – 2-е изд. (эл.). – М.: Генезис, 2018. – 182 с.

18. Фопель К. На пороге взрослой жизни. Ценности, цели и интересы. Школа и учеба. Работа и досуг: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. / К. Фопель. – 2-е изд. (эл.). – М.: Генезис, 2018. – 210 с.

19. Чувствуй! Говори! Доверяй!: арт-альбом / А.В. Ковалевская. - Минск: В.И.З.А. ГРУПП, 2011. – 142 с.

20. Эмоции. Рабочая тетрадь по арт-терапии. – СПб.: Фонд «Эрмитаж XXI век», 2020. – 96 с.