

Приложение 3

к Адаптированной общеобразовательной программе - образовательной программе основного общего образования МАОУ «СОШ № 2»

РЕКОМЕНДОВАНА
Решением Педагогического совета
МАОУ «СОШ № 2»
Протокол от 27.08.2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «СОШ № 2»
Я.Ю. Калугина
Приказ от 28.08.2025 г. № 57-ОД

Коррекционно-развивающий курс «Психокоррекционные занятия(психологические)»

Североуральский муниципальный округ 2025 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Коррекция и развитие эмоционально-волевой и личностной сферы» для обучающихся 5 - 8 классов с ОВЗ (7.0), составлена в соответствии с требованиями адаптированной основной образовательной программы основного среднего общего образования обучающихся на основе авторских программ «Тропинка к своему Я (уроки психологии в средней школе (5-6 и 7-8 классы)» Хухлаевой О.В., «Я-подросток (уроки психологии (7-8 классы)» А.В.Микляева.

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру. Данная программа ориентирована на оказание помощи детям с ограниченными возможностями здоровья и детям-инвалидам среднего школьного возраста.

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию эмоционально-волевого развития. То, в какой мере ученики умеют понимать и отражать свои чувства, настроение друг друга, воспринимать и понимать других, а через них и самих себя, будет во многом определять процесс общения, качество отношений и способы, с помощью которых они будут осуществлять совместную деятельность.

Цель данной программы: коррекция и развитие эмоционально-волевой и личностной сферы, учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций.

Основные задачи программы:

- снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности и агрессии;
- коррекция настроения и негативных черт характера;
- формирование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», адекватной самооценки и повышение уверенности в себе;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;

Организационная структура занятий

Материал каждого занятия рассчитан на 40 минут.

1. Ритуал приветствия и разминка. Цель: создание атмосферы доверия, положительный настрой участников на работу.
2. Основная часть. Направлена на решение задач данной программы.
3. Заключительная часть. Подведение итогов, получение обратной связи. Ритуал прощания.

Задания построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим, различные темы и формы подачи материала активно чередуются в течение урока. В занятиях используются игры, направленные на саморегуляцию, развитие когнитивных функций, работа с метафорическими картами и сказкотерапия. Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и менее утомляемой.

Условия реализации программы

Программа предназначена для учащихся 5-8 классов со статусом ОВЗ 7.0.

Занятия по программе проводятся в подгрупповой и индивидуальной форме на базе ОУ.

Курс программы рассчитана:

Для учащихся 5-8 классов, 34 часа, с периодичностью 1 раз в неделю, время занятия составляет 40 минут.

Время и количество занятий может меняться, в зависимости от рекомендаций ПМПК. Кроме того, в соответствии с потенциальными возможностями и особыми образовательными потребностями, при возникновении трудностей освоения материала обучающимися с ОВЗ можно оперативно дополнить структуру коррекционной программы соответствующим направлением работы.

Ожидаемые результаты:

Предполагается, что результаты отразятся, во-первых, на индивидуальных особенностях развития ребенка, связанных с Я-концепцией, мотивацией достижения успеха, развитием эмоциональной сферы и компетентности в общении, во-вторых – в улучшении адаптации в школе и повышении продуктивности учебной деятельности.

Критерии положительной оценки:

- повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности;
- снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов;
- сформированность умения правильно выражать свои чувства, умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;
- овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении;
- улучшение социально-психологического климата класса; активность и продуктивность обучающихся в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Содержание программы соответствует поставленным целям и задачам.

Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки, совершенствование социально-бытовой и социокультурной компетенции, развитие коммуникативных навыков. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития своей личности.

Содержание программы:

№	Название раздела	Тема занятия
1	Входящая диагностика когнитивных функций (3 ч.)	Для диагностики когнитивных функций подростков используют, например: <ul style="list-style-type: none">• Тест Векслера. Состоит из четырёх основных индексов, каждый из которых включает несколько субтестов. Например,

		<p>«Вербальное понимание» — оценка словарного запаса, общих знаний и способностей к абстрактному мышлению, «Рабочая память» — задания на удержание и манипуляцию информацией (например, повторение чисел в обратном порядке). lasalute-clinic.rupsy-med.ru</p> <ul style="list-style-type: none"> • Тест Мюнстерберга — направлен на исследование восприятия слов. Подростку показывают буквенный текст, среди которого есть слова, и задача — как можно быстрее, считывая текст, подчеркнуть эти слова. elibrary.udsu.ru • Тест Готшальдта — включает карточки с изображением вложенных фигур, используется для диагностики когнитивного стиля «полезависимость-поленезависимость». Подростку нужно назвать, какой из элементов содержится в рисунке. elibrary.udsu.ru • Методика «Установление закономерностей» Б.Л. Покровского — оценивает способности к анализу и сравнению, умение делать логические построения, лёгкость возникновения ассоциативных. • Тест Шульте онлайн • Диагностика уровня самооценки (Дембо-Рубинштейна)
2	<p>Я имею право чувствовать и выражать свои чувства(4 ч.)</p> <p>Цель: способствовать рефлексии эмоциональных состояний, адекватному самовыражению</p>	<p>Чувства бывают разные. Мои чувства. Чувства вокруг Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться?</p>
3	<p>Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (9 ч.)</p> <p>Цель: помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека</p>	<p>Тренинговые занятия: Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе. Источники уверенности в себе (продолжение) Какого человека мы называем неуверенным в себе? Какого человека мы называем неуверенным в себе? (продолжение) Я становлюсь увереннее. Уверенность и самоуважение. Уверенность и самоуважение (продолжение). Уверенность и уважение к другим. Уверенность и уважение к другим (продолжение). Уверенность в себе и милосердие. Уверенность в себе и непокорность.</p>

		Уверенность в себе.
4	Эмоциональная сфера человека (12 ч.) Цель: способствовать формированию у подростков эмоционального интеллекта	Эмоциональный интеллект Эмоциональный интеллект(продолжение) Закон «прорыва плотины» Закон скрытности Закон обратного эффекта Передача чувств «по наследству». Взаимосвязь разума и эмоций. Психические состояния и их свойства. Напряжение Приемы внешней регуляции состояния Приемы внутренней регуляции состояния Приемы саморегуляции Настроение. Настроение и активность человека. Возрастной аспект состояний: состояния подростков. Стресс. Стресс и стрессоустойчивость
5	Мотивационная сфера личности (4 ч.) Цель: способствовать осознанию подростками своей мотивационной сферы	Мотив и его функции. «Борьба мотивов» Привычки, интересы, мечты. Мотивация помощи и альтруистического поведения. Профориентация.
6	Итоговая диагностика (2 ч.)	Диагностика когнитивных функций. Заключение.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Входящая диагностика	3 часа
2	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства Чувства бывают разные. Мои чувства. Стыдно ли бояться? Чувства вокруг Имею ли я право сердиться и обижаться?	4 часа 1 1 1 1
3	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе. Какого человека мы называем неуверенным в себе? Я становлюсь увереннее. Уверенность и самоуважение. Уверенность и уважение к другим.	9 часов 1 1 1 1 1

	Уверенность в себе и милосердие.	1
	Уверенность в себе и непокорность.	1
	Уверенность в себе.	1
4	Эмоциональная сфера человека	12 часов
	Эмоциональный интеллект	1
	Закон «прорыва плотины»	1
	Закон обратного эффекта	1
	Передача чувств «по наследству».	1
	Взаимосвязь разума и эмоций.	1
	Эмоциональный интеллект	1
	Психические состояния и их свойства. Напряжение.	1
	Приемы внешней регуляции состояния	1
	Приемы внутренней регуляции состояния	1
	Приемы саморегуляции	1
	Настроение. Настроение и активность человека.	1
	Возрастной аспект состояний: состояния подростков. Стress и стрессоустойчивость.	1
5	Мотивационная сфера личности	4 часа
	Мотив и его функции. «Борьба мотивов»	
	Привычки, интересы, мечты.	1
	Мотивация помощи и альтруистического поведения.	1
	Профориентация.	2
	Итоговая диагностика	2 часа