

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей  
«Эммаусская специальная школа-интернат»**

(название ОУ в соответствии с Уставом)

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

ГКОУ «Эммаусская школа-интернат»



/С.Б. Зимин/

Приказ №75-од  
от 30.08.2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
(коррекционно-развивающая область)**

**для обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
(вариант 1)**

**«ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ»**

**(5-9 классы)**

Составитель:  
педагог-психолог  
Подгорнова А.В.

н.п. Эммаусская школа-интернат  
2024 г.

## Пояснительная записка

Инклюзивная образовательная среда характеризуется системой ценностного отношения к обучению, воспитанию и личностному развитию детей с ОВЗ, совокупностью ресурсов (средств, внутренних и внешних условий) их жизнедеятельности в школе и направленностью на индивидуальные образовательные стратегии обучающихся. Федеральный государственный образовательный стандарт нового поколения служит реализации права каждого ребенка на образование, соответствующее его потребностям и возможностям, вне зависимости от тяжести нарушения психофизического развития, способности к усвоению базового уровня образования. Получение детьми с ОВЗ образования является одним из основных и неотъемлемых условий их успешной социализации, обеспечения их полноценного участия в жизни общества, эффективной самореализации в различных видах профессиональной и социальной деятельности.

Развитие обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) происходит на нарушенной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, приносящий качественные изменения в личностную сферу детей. Это дает основания для разработки коррекционно-развивающей психолого-педагогической программы «Уроки психологического здоровья». Обучающийся, с нарушением интеллекта испытывают разного вида депривации, значительная часть которых обусловлена этиопатогенезом умственной отсталости. Наличие деприваций является серьезным препятствием в социализации подростка с умственной отсталостью и определяет ряд трудностей в достижении основного результата образовательного стандарта: «общекультурное и личностное развитие обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляет цель и основной результат образования» [19, с. 6]. Исходя из этого, возникает проблема совершенствования условий охраны и укрепления психологического здоровья обучающегося 5 – 9 классов с умственной отсталостью. Все это подчеркивает психолого-педагогическую целесообразность разработки и внедрения коррекционно-развивающей психолого-педагогической программы «Уроки психологического здоровья» в работу с подростками с умственной отсталостью.

Методологическим обоснованием Программы является концепция психологического здоровья И.В. Дубровиной развития личности в условиях определенного образовательного пространства. Программа направлена на формирование жизненной компетенции обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

**Цель курса** - охрана и укрепление психологического здоровья, обеспечение успешности освоения АООП обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Коррекционная работа представляет собой систему комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в условиях образовательного процесса, направленного на освоение ими АООП, преодоление и/или ослабление имеющихся у них недостатков в психическом и физическом развитии.

### **Коррекционно - развивающие задачи:**

- выявление особых образовательных потребностей обучающихся с легкой степенью умственной отсталости, обусловленных структурой и глубиной имеющихся у них нарушений, недостатками в физическом и психическом развитии;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогического консилиума);
- разработка и реализация индивидуальных учебных планов, организация индивидуальных и групповых занятий для детей с учетом индивидуальных и типологических особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся;
- реализация системы мероприятий по социальной адаптации детей с легкой степенью умственной отсталости;

- оказание родителям (законным представителям), имеющим детей с легкой степенью умственной отсталости, консультативной и методической помощи;
- Формирование навыков рефлексии;
- Формирование позитивного отношения к своему «Я» ;
- Формирование способности к самоуправлению;
- Формирование и развитие навыков социального поведения.

### **Принципы психокоррекционной программы:**

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

1. Принцип *системности* - обеспечивает единство всех элементов коррекционно-воспитательной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.
2. Принцип *непрерывности* обеспечивает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения школьника с учетом изменений в их личности.
3. Принцип *вариативности* предполагает создание вариативных программ коррекционной работы с детьми с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития.
4. Принцип *единства* психолого-педагогических и медицинских средств, обеспечивающий взаимодействие специалистов психолого-педагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционно-воспитательной работы.
5. 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.

### **Структура коррекционно-развивающих занятий:**

Каждое занятие состоит из нескольких последовательных частей.

Вводная часть. Организационный момент, настраивающий на работу. Игры и упражнения на развитие произвольности психических процессов.

Основная часть. Выполнение основных заданий и упражнений, направленных на развитие познавательных процессов (или эмоционально-волевой сферы) у школьников, крупной и мелкой моторики, двигательной координации. Происходит формирование умения последовательного анализа и наблюдения; развитие навыков самостоятельного мышления, постановки цели и планомерного выполнения задания. В основную часть обязательно включаются релаксационные упражнения, способствующие снятию мышечного напряжения, усталости и активизирующие мыслительную деятельность.

Заключительная часть. Упражнения и задания на развитие самоконтроля и адекватной самооценки. Рефлексия занятия, подведение итогов работы.

Структура заданий программы усложняется в зависимости от уровня овладения ребенком пространственных представлений: от наиболее простых, координатных, метрических до лингвистических представлений. Названия тем являются «условными», так как на каждом занятии происходит развитие познавательных процессов в комплексе (мышления, внимания, памяти, зрительно-моторной координации, пространственных представлений), а не одного какого-то процесса.

В процессе обучения необходимо осуществлять мониторинг всех групп БУД, который помогает выявить индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

### **Критериями эффективности.**

Оценка успешности проведённой коррекционно-развивающей работы определяется:

- сравнительным анализом входящей (в начале года) и итоговой диагностики, а также динамики развития познавательных способностей детей на протяжении 3-х лет занятий;

- поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий;
- косвенным показателем эффективности данных занятий может быть наблюдение учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности);
- отзывы учителей, родителей.

**Форма оценивания** знаний – безотметочная.

**Формы контроля:** выполнение тестовых заданий, диагностика.

Основной показатель качества освоения программы - личностный рост обучающегося, его самореализация и определение своего места в детском коллективе.

На занятиях по курсу «**Психокоррекционные занятия**» происходит коррекция отдельных сторон психической деятельности и личностной сферы. Формирование учебной мотивации, стимуляция сенсорно – перцептивных, и мнемических процессов. Гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля. Развитие речевой деятельности, формирование коммуникативных навыков, расширение представлений об окружающей действительности. Совершенствование движений.

Обучение реализуется на доступном содержании, построенном по принципу от простого к сложному с учётом возрастных и психических особенностей детей с умственной отсталостью.

### **Общая характеристика коррекционного курса**

**Основными направлениями** психокоррекционной работы являются:

1. **Диагностическая работа**, которая обеспечивает выявление особенностей развития и здоровья обучающихся с легкой степенью умственной отсталости с целью создания благоприятных условий для овладения ими содержанием основной образовательной программы.

Проведение диагностической работы предполагает осуществление:

- 1) психолого-педагогического обследования с целью выявления их особых образовательных потребностей:
  - развития познавательной сферы, специфических трудностей в овладении содержанием образования и потенциальных возможностей;
  - развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей обучающихся;
  - определение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ученика.
- 2) мониторинга динамики развития обучающихся, их успешности в освоении АООП образования;
- 3) анализа результатов обследования с целью проектирования и корректировки коррекционных мероприятий.

В процессе диагностической работы используются следующие формы и методы работы:

- сбор сведений о ребенке у педагогов, родителей (беседы, анкетирование, интервьюирование),
- психолого-педагогический эксперимент,
- наблюдение за учениками во время учебной и внеурочной деятельности,
- беседы с учащимися, учителями и родителями,
- изучение работ ребенка (тетради, рисунки, поделки и т. п.) и др.
- оформление документации (психолого-педагогические дневники наблюдения за учащимися и др.).

2. **Коррекционно-развивающая работа** обеспечивает организацию мероприятий, способствующих личностному развитию учащихся, коррекции недостатков в психическом развитии и освоению ими содержания образования. Коррекционно-развивающая работа включает:

- составление индивидуальной программы психологического сопровождения учащегося (совместно с педагогами),
- формирование в классе психологического климата комфортного для всех обучающихся,

- организация внеурочной деятельности, направленной на развитие познавательных интересов учащихся, их общее социально-личностное развитие,
- разработку оптимальных для развития обучающихся с легкой степенью умственной отсталости групповых и индивидуальных психокоррекционных программ (методик, методов и приёмов обучения) в соответствии с их особыми образовательными потребностями,
- организацию и проведение индивидуальных и групповых занятий по психокоррекции, необходимых для преодоления нарушений развития учащихся,
- развитие эмоционально-волевой и личностной сферы ученика и коррекцию его поведения,
- социальное сопровождение ученика в случае неблагоприятных условий жизни при психотравмирующих обстоятельствах.
- В процессе коррекционно-развивающей работы используются следующие формы и методы работы:
  - занятия индивидуальные и групповые,
  - игры, упражнения, этюды
  - психокоррекционные методики,
  - кизенеологические упражнения.

3. **Консультативная работа** обеспечивает непрерывность специального сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья и их семей по вопросам реализации дифференцированных психолого-педагогических условий обучения, воспитания, коррекции, развития и социализации обучающихся. Консультативная работа включает:

- психолого-педагогическое консультирование педагогов по решению проблем в развитии и обучении, поведении и межличностном взаимодействии конкретных учащихся;
- консультативную помощь семье в вопросах решения конкретных вопросов воспитания и оказания возможной помощи ребёнку в освоении общеобразовательной программы.

В процессе консультативной работы используются следующие формы и методы работы: *беседа, семинар, лекция, консультация, анкетирование педагогов, родителей, разработка методических материалов и рекомендаций учителю, родителям.*

4. **Информационно-просветительская работа** предполагает осуществление разъяснительной деятельности в отношении педагогов и родителей по вопросам, связанным с особенностями осуществления процесса обучения и воспитания учащихся с легкой степенью умственной отсталости, взаимодействия с педагогами и сверстниками, их родителями (законными представителями), и др. Информационно-просветительская работа включает:

- проведение тематических выступлений для педагогов и родителей по разъяснению индивидуально-типологических особенностей различных категорий детей,
- оформление информационных стендов, печатных и других материалов,
- психологическое просвещение педагогов с целью повышения их психологической компетентности,
- психологическое просвещение родителей с целью формирования у них элементарной психолого-психологической компетентности.

### **Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с УО.**

Умственная отсталость — это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной нервной системы (ЦНС).

Обучающиеся с УО - это дети, имеющее задержанное или неполное развитие 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 именно 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.

### **Место коррекционного курса в учебном плане.**

Программа входит в часть учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, а именно в коррекционно-развивающую область. Общее количество часов в год по каждому классу: 68. На основании учебного календарного графика данное число может корректироваться. Количество занятий в неделю: 2. Продолжительность занятия: 30 минут. Категория обучающихся: обучающиеся с умственно отсталостью 5 – 9 классов

| <b>Класс</b>   | <b>Количество часов в неделю</b> | <b>Количество учебных недель</b> | <b>Всего часов за учебный год</b> |
|----------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| <b>5 класс</b> | 2                                | 34                               | 68                                |
| <b>6 класс</b> | 2                                | 34                               | 68                                |
| <b>7 класс</b> | 2                                | 34                               | 68                                |
| <b>8 класс</b> | 2                                | 34                               | 68                                |
| <b>9 класс</b> | 2                                | 34                               | 68                                |

### **Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

Данная психокоррекционная программа должна обеспечить достижение обучающимися с легкой степенью умственной отсталости двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты программы включают овладение обучающимися с умственной отсталостью социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-

ориентированных задач и обеспечивающими становление социальных отношений подростков в различных средах.

Результаты курса:

1) наличие умения сотрудничать с окружающими людьми (поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия, уважительное отношение к иному мнению, осуществление взаимного контроля в совместной деятельности, осуществление самоконтроля в процессе деятельности и т.п.);

2) наличие навыков саморегуляции;

3) наличие адекватных представлений о собственных возможностях;

4) наличие осознания способов достижения поставленных жизненных целей, своего места в мире.

**Предметные результаты** включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой образовательной области, готовность к их применению.

Создание комфортных коррекционно-развивающих условий для обучающихся с ОВЗ, способствующих коррекции и развитию познавательных процессов и личностных особенностей должны научить обучающихся с легкой степенью умственной отсталости:

- распознавать и выражать свои эмоции;
- управлять своим поведением в зависимости от эмоционального состояния;
- элементам логического рассуждения;
- выделять существенные признаки и закономерности предметов;
- сравнивать предметы, понятия;
- уметь копировать образец, различать цвета, анализировать и удерживать зрительный образ;
- самостоятельно выполнить задания;
- осуществлять самоконтроль, оценивать себя, искать и исправлять свои ошибки;
- работать в группе (при групповых формах работы).

### **Содержание коррекционного курса занятий психологического развития**

Содержание программы не предусматривает теоретической подготовки обучающихся, она ориентирована на обращение к тем проблемам, которые привели или могут привести к деформации психологического здоровья обучающихся.

#### **Содержание I этапа**

- 1) *Диагностика* Лесенка В.Г. Щур. Тест Люшера. Рисунок «Дом. Дерево. Человек».
- 2) *Моё отражение* Кто такие подростки? Я – подросток. Портрет положительного подростка. Портрет отрицательного подростка. Мой портрет в лучах солнца. Зеркало. Автопортрет.
- 3) *Техники снятия внутреннего напряжения* Дыхательные упражнения: «Дыхание животом», «Прячем шарик». Упражнения на снятие мышечного напряжения: «Тряпичная кукла», «Хулахуп», «Палуба», «Булькание».
- 4) *Эмпатия в действии*. Что такое эмпатия? Зачем мне нужна эмпатия? Развиваем эмпатию. Эмпатия в действии.
- 5) *Я – часть класса*. Совместная картинка. Мы – друзья? Путешествие в страну Общения. Оцени себя в общении. Девиз и герб моего класса. Compliments!!! Тренировка «Я – высказываний». Меня оценивает одноклассник. Мой герб.
- 6) *Я могу*. Мои умения. Хорошо – плохо. Учимся думать логично.

#### **Содержание II этапа**

- 1) *Диагностика* Лесенка Дембо – Рубинштейн. Тест Люшера. Рисунок «Дом. Дерево.
- 2) *Человек*. Я – знакомый незнакомец. Я и мои одноклассники. Я оцениваю себя. Меня оценивают родители. Меня оценивают одноклассники. Я – общительный или замкнутый? Как я поступлю? Я – часть класса.

- 3) *Техники снятия внутреннего напряжения.* Упражнение «Сильные колени». Массаж стоп. Массаж лица. Растяжки.
- 4) *Решаем конфликты* Коллективное рисование. Правила доброжелательного общения. Испорченный телефон. Конфликт. Причины конфликтов. Королевство разорванных связей. Решение коллизий.
- 5) *Поддержка в общении* Как мы все похожи. Какие мы все разные! Шкала общительности. Робинзоны. Встреча цивилизаций. Девчонки + мальчишки= ...
- 6) *Мой МИР* Цвет моего настроения. Интервью. Мои интересы. О чем я мечтаю. Метафорический автопортрет. Я так бы раскрасил мир. Волшебный магазин. Здесь продают радость, ум...

### Содержание III этапа

- 1) *Диагностика* Лесенка Дембо – Рубинштейн. Рисунок «Дом. Дерево. Человек». Ценностные ориентации. М. Рокич.
- 2) *Я – знакомый незнакомец.* Интервью. Меня оценивают одноклассники. Жизненный девиз. Д. Соколов
- 3) «Сказка о милостивой судьбе». *Я в мире эмоций* Как справиться со злостью? Как простить обиду? Ах, чем я виноват? А что они обо мне подумают? Побеждаем все тревоги! Самоприказы.
- 4) *Продуктивное общение* Мы – дружная команда. Как мы все похожие и разные! Я – высказывание. Встреча цивилизаций. Робинзоны. Девчонки + мальчишки=
- 5) *Лента жизни* Я – дошкольник. Первые школьные шаги. Я – семиклассник. Я – девятиклассник. Скоро будет выпускной. Я и моя будущая семья.
- 6) *Ценности жизни.* Хорошо – плохо. Игра «Обрыв». Я готов к испытаниям. Кумиры. Я говорю:           НЕТ!           Мужество           быть.           Цель           моей           жизни.

### Тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся.

#### Тематическое планирование 5 класс.

| №     | Перечень тем   | Всего часов |
|-------|--|-------------|
| 1-3   | Диагностическое обследование.  | 3           |
| 4-5   | Восприятие вкусовых и обонятельных раздражителей. Восприятие акустических раздражителей.     | 2           |
| 6-7   | Выражение ощущений. Узнавание известного материала в новом виде.                             | 2           |
| 8-9   | Зрительно - акустически-моторная координация. Узнавание собственных вещей.                   | 2           |
| 10-11 | Узнавание людей и предметов на расстоянии. Узнавание объекта по его части.                   | 2           |
| 12-13 | Активизация восприятия речью. Восприятие и различие формы                                    | 2           |
| 14-15 | Восприятие и различия цвета. Цветовые предпочтения.  | 2           |
| 16-17 | Категории «Большой – маленький». Объем, точность, скорость восприятия.                       | 2           |
| 18-19 | Целенаправленное восприятие тактильных раздражителей. Знакомство с предметами с помощью рук. | 2           |



|              |  |                     |
|--------------|--|---------------------|
| 20-21        | Использование различных захватов. Целенаправленное отпускане предметов.                                    | 2                   |
| 22-23        | Сенсомоторный интеллект как составляющая предметно- практической деятельности.                             | 2                   |
| 24-25        | Любопытство как предпосылка практической предметной деятельности.  | 2                   |
| 26-27        | Манипулирование объектами. Ручная умелость и ее повседневное применение.                                   | 2                   |
| 28-29        | Целенаправленное пользование предметами. Вычленение частей и признаков объектов.                           | 2                   |
| 30-31        | Подобающее обращение с объектами. Осмысление качества обращения с объектами.                               | 2                   |
| 32-33        | Координация рук. Дифференцированные умения для рук.  | 2                   |
| 34-35        | Развитие речи средствами невербальной коммуникации.  | 2                   |
| 36-37        | Развитие речи средствами невербальной коммуникации.  | 2                   |
| 38-39        | Импрессивная речь.   | 2                   |
| 40-41        | Экспрессивная речь.  | 2                   |
| 42-43        | Чтение и письмо.   | 2                   |
| 44-45        | Элементы глобального чтения письмо.  | 2                   |
| 46-47        | Предпосылки к осмысленному чтению и письму.  | 2                   |
| 48           | Имя, фамилия, возраст, день рождения ребенка. Домашний адрес: название улицы, номер дома, квартиры.        | 1                   |
| 49           | Состав семьи.  | 1                   |
| 50           | Правила поведения дома. Режим дня.   | 1                   |
| 51           | Наша школа, наш класс.   | 1                   |
| 52           | Названия и назначение комнат: класс, игровая, спальня, кабинет врача, спортзал, библиотека, столовая и др. | 1                   |
| 53-54        | Наш город.   | 2                   |
| 55-56        | Природа вокруг нас Воздух, вода.   | 2                   |
| 57-58        | Природа вокруг нас Растения, животные.   | 2                   |
| 59-60        | Осень. Зима. Весна. Лето.  | 2                   |
| 61-62        | Природа вокруг нас: Растения и животные.   | 2                   |
| 63-65        | <i>Моё отражение.</i> Игры, просмотр фильмов;<br>Экспериментирование;<br>Исследование;<br>Драматизация.    | 3                   |
| 66-68        | Диагностическое обследование.  | 3                   |
| <b>Итого</b> |  | <b>68<br/>часов</b> |

## Тематическое планирование 6 класс.

| № п/п         | Тема                                  | Характеристика основных видов деятельности  | Количество часов |
|---------------|---------------------------------------|---|------------------|
| 1.            | Диагностика                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка В.Г. Щур.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul>  | 6                |
| 2.            | Моё отражение                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры</li> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Экспериментирование;</li> <li>• Исследование;</li> <li>• Драматизация.</li> </ul>   | 14               |
| 3.            | Техники снятия внутреннего напряжения | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дыхательные упражнения.</li> <li>• Парные упражнения.</li> <li>• Упражнения с бумагой.</li> <li>• Упражнения «Лимон», «Штанга».</li> <li>• Игры: «Тряпичная кукла», «Хулахуп», «Палуба», «Булькание».</li> </ul>   | 12               |
| 4.            | Эмпатия в действии                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прослушивание, чтение, повторение;</li> <li>• Работа с раздаточным материалом;</li> <li>• Цепочка образов;</li> <li>• Метод ассоциаций;</li> <li>• Решение задач, загадок, ребусов.</li> </ul>   | 12               |
| 5.            | Я – часть класса                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Экспериментирование;</li> <li>• Исследование;</li> <li>• Моделирование различных ситуаций;</li> <li>• Решение различных видов задач (текстовых и качественных задач);</li> </ul>  | 14               |
| 6.            | Я могу                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр и анализ фильмов;</li> <li>• Анализ литературных произведений;</li> <li>• Написание мини- рассказов;</li> <li>• Театральные постановки;</li> <li>• Различные двигательные игры, хореография, спортивные игры</li> <li>• Упражнения: «Границы моих желаний», «Психоочистители», «Ярмарка достоинств».</li> </ul> | 4                |
| 7.            | Диагностика                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка В.Г. Щур.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul>  | 6                |
| <b>Итого:</b> |                                       |   | <b>68 часов</b>  |

Тематическое планирование 7 класс.

| № п/п         | Тема                                  | Характеристика основных видов деятельности  | Количество часов |
|---------------|---------------------------------------|---|------------------|
| 1.            | Диагностика                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка В.Г. Щур.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul>  | 6                |
| 2.            | Моё отражение                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры</li> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Экспериментирование;</li> <li>• Исследование;</li> <li>• Драматизация.</li> </ul>   | 14               |
| 3.            | Техники снятия внутреннего напряжения | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дыхательные упражнения.</li> <li>• Парные упражнения.</li> <li>• Упражнения с бумагой.</li> <li>• Упражнения «Лимон», «Штанга».</li> <li>• Игры: «Гряпичная кукла», «Хулахуп», «Палуба», «Булькание».</li> </ul>   | 12               |
| 4.            | Эмпатия в действии                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прослушивание, чтение, повторение;</li> <li>• Работа с раздаточным материалом;</li> <li>• Цепочка образов;</li> <li>• Метод ассоциаций;</li> <li>• Решение задач, загадок, ребусов.</li> </ul>   | 12               |
| 5.            | Я – часть класса                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Экспериментирование;</li> <li>• Исследование;</li> <li>• Моделирование различных ситуаций;</li> <li>• Решение различных видов задач (текстовых и качественных задач);</li> </ul>  | 14               |
| 6.            | Я могу                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр и анализ фильмов;</li> <li>• Анализ литературных произведений;</li> <li>• Написание мини- рассказов;</li> <li>• Театральные постановки;</li> <li>• Различные двигательные игры, хореография, спортивные игры</li> <li>• Упражнения: «Границы моих желаний», «Психоочистители», «Ярмарка достоинств».</li> </ul> | 4                |
| 7.            | Диагностика                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка В.Г. Щур.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul>  | 6                |
| <b>Итого:</b> |                                       |   | <b>68 часов</b>  |

## Тематическое планирование 8 класс.

| № п/п | Тема                                  | Характеристика основных видов деятельности   | Количество часов |
|-------|---------------------------------------|--|------------------|
| 1.    | Диагностика                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка Дембо – Рубинштейн</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Тест Люшера;</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul>  | 6                |
| 2.    | Я – знакомый незнакомец               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры</li> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Экспериментирование;</li> <li>• Исследование;</li> <li>• Упражнения: «Я и мои одноклассники». «Я оцениваю себя», «Меня оценивают родители», «Меня оценивают одноклассники», «Я – общительный или замкнутый?», «Как я поступлю?», «Я – часть класса».</li> </ul>  | 14               |
| 3.    | Техники снятия внутреннего напряжения | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дыхательные упражнения.</li> <li>• Парные упражнения.</li> <li>• Упражнения. Упражнение «Сильные колени». Массаж стоп. Массаж лица. Растяжки.</li> </ul>  | 8                |
| 4.    | Решаем конфликты                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прослушивание, чтение, повторение;</li> <li>• Работа с раздаточным материалом;</li> <li>• Коллективное рисование.</li> <li>• Правила доброжелательного общения.</li> <li>• Испорченный телефон.</li> <li>• Королевство разорванных связей.</li> <li>• Решение коллизий</li> </ul>   | 14               |
| 5.    | Поддержка в общении                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Исследование;</li> <li>• Как мы все похожи.</li> <li>• Какие мы все разные!</li> <li>• Шкала общительности.</li> <li>• Робинзоны.</li> <li>• Встреча цивилизаций.</li> <li>• Девчонки + мальчишки = ...</li> </ul>  | 12               |
| 6.    | Мой МИР                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Написание мини- рассказов;</li> <li>• Цвет моего настроения.</li> <li>• Интервью.</li> <li>• «Мои интересы».</li> <li>• «О чем я мечтаю».</li> <li>• «Метафорический автопортрет».</li> <li>• «Я так бы раскрасил мир».</li> <li>• «Волшебный магазин. Здесь продают радость, ум...»</li> <li>• Театральные постановки;</li> <li>• Различные двигательные игры, хореография, спортивные игры</li> </ul> | 8                |
| 7.    | Диагностика                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка В.Г. Щур.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки,</li> </ul>   | 6                |

|               |  |   |                 |
|---------------|--|---|-----------------|
|               |  | В. Амен.<br>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек». |                 |
| <b>Итого:</b> |  |   | <b>68 часов</b> |

### Тематическое планирование 9 класс.

| № п/п | Тема                     | Характеристика основных видов деятельности   | Количество часов |
|-------|--------------------------|--|------------------|
| 1.    | Диагностика              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка Дембо – Рубинштейн.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul>   | 6                |
| 2.    | Я – знакомый незнакомец. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры</li> <li>• Меня оценивают одноклассники</li> <li>• Интервью.</li> <li>• Жизненный девиз.</li> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Драматизация.</li> <li>• «Сказка о милостивой судьбе».</li> </ul>   | 10               |
| 3.    | Я в мире эмоций          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дыхательные упражнения.</li> <li>• Как справиться со злостью?</li> <li>• Как простить обиду?</li> <li>• Ах, чем я виноват?</li> <li>• А что они обо мне подумают?</li> <li>• Самоприказы</li> </ul>   | 12               |
| 4.    | Продуктивное общение     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прослушивание, чтение, повторение;</li> <li>• Работа с раздаточным материалом;</li> <li>• Цепочка образов;</li> <li>• Метод ассоциаций;</li> <li>• Решение задач, загадок, ребусов.</li> </ul>  | 10               |
| 5.    | Лента жизни              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр фильмов;</li> <li>• Экспериментирование;</li> <li>• Исследования: Я – дошкольник. Первые школьные шаги. Я – семиклассник. Я – девятиклассник. Скоро будет выпускной. Я и моя будущая семья.</li> <li>• Моделирование различных ситуаций;</li> <li>• Решение различных видов задач (текстовых и качественных задач);</li> </ul> | 12               |
| 6.    | Ценности жизни           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Просмотр и анализ фильмов;</li> <li>• Анализ литературных произведений;</li> <li>• Написание мини- рассказов;</li> <li>• Театральные постановки;</li> <li>• Различные двигательные игры, хореография, спортивные игры</li> <li>• Упражнения: «Границы моих желаний», «Психоочистители», «Ярмарка достоинств».</li> </ul>                | 12               |

|               |             |  |                |
|---------------|-------------|--|----------------|
| 7.            | Диагностика | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Лесенка В.Г. Щур.</li> <li>• Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен.</li> <li>• Рисунок «Дом. Дерево. Человек».</li> </ul> | 3              |
| <b>Итого:</b> |             |  | <b>34 часа</b> |

### Литература

1. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах/ авт.-сост. С.А. Коробкина. – Волгоград: Учитель, 2010;
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика. – М.: ТЦ Сфера, 2005;
3. Вачков И.В. Сказка о самой душевной науке. – М.: Генезис, 2013;
4. Володина Ю.А. Дорога в жизнь, или Путешествие в будущее...- М.: Генезис, 2012;
5. Выготский Л.С. Основы дефектологии. – СПб.: Издательство «Лань», 2003;
6. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми. – М.: Книголюб, 2004.
7. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010;
8. Дубровина И.В. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. – М.: Академия, 1997;
9. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций программа уроков психологии (7 класс). – СПб.: Издательство «Речь», 2003;
10. Модели взаимодействия с детьми группы риска/ авт.-сост. А.Н. Свиридов. – Волгоград: Учитель, 2011;
11. Рефлексивные техники эмоционального состояния детей/ авт.-сост. Л.А. Свешникова. – Волгоград: Учитель, 2010;
12. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). – М., 2014;
13. Хухлаева О.В. Школьная психологическая служба. Работа с учащимися. – М.: Генезис, 2010.