

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1 им. С.Ф. Романова»,
г. Жуков Жуковского района Калужской области**

**Программа коррекционного курса
«Психокоррекция»
5-9 классы**

Пояснительная записка

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) коррекционный курс «Психокоррекция» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. В программе предусмотрен специальный набор игр и упражнений, направленный на развитие познавательной сферы обучающихся, набор этюдов и игр, направленный на развитие эмоционально-личностной и коммуникативной сфер воспитанников. Таким образом в ходе реализации программы происходит комплексное воздействие на личность обучающихся, что создает предпосылки для лучшей социализации воспитанников.

Цель коррекционного курса заключается в развитии познавательных процессов (памяти, внимания, восприятия, мышления) детей с умственной отсталостью с целью коррекции отклонений в их развитии и/или ослабление недостатков в психическом и физическом развитии, а также гармонизации личности и межличностных отношений учащихся и формирование навыков адекватного поведения.

Основные задачи реализации коррекционного курса «Психокоррекция»:

- Формирование учебной мотивации, стимуляция сенсорно-перцептивных, мнемических и интеллектуальных процессов.
- Гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему "Я", повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля.
- Развитие способности к эмпатии, сопереживанию; формирование продуктивных видов взаимоотношений с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения.

Общая характеристика коррекционного курса

Программа коррекционного курса представлена следующими разделами:

- Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия.
- Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир".
- Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка.
- Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка.
- Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений.
- Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других".
- Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение».
- Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой».

Содержание каждого раздела представлено по принципу от простого к сложному. Сначала проводится работа, направленная на расширение диапазона воспринимаемых ощущений ребенка, стимуляцию активности. Под активностью подразумеваются психические, физические, речевые реакции ребенка, например, эмоционально-двигательная отзывчивость, концентрация внимания, вокализация. В дальнейшем в ходе обучения формируются сенсорно-перцептивные действия. Ребенок учится не только распознавать свои ощущения, но и перерабатывать получаемую информацию, что в будущем поможет ему лучше ориентироваться в окружающем мире.

Данная программа состоит из серии специально организованных коррекционно-развивающих занятий, составленных с учётом уровня развития детей, их возрастных и индивидуальных особенностей. В ходе психокоррекционных занятий применяются разные формы взаимодействия с обучающимися, направленные на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений учащихся.

Место коррекционного курса в учебном плане

Курс «Психокоррекция» относится к коррекционно-развивающей области учебного плана МОУ «СОШ №1 им. С.Ф. Романова», г. Жуков.

На занятия по коррекционно-развивающему курсу «Психокоррекция» отводится

- в 5 классе 34 часа,
- в 6 классе 34 часа,
- в 7 классе 34 часа,
- в 8 классе 34 часа;
- в 9 классе 34 часа.

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

Оценка эффективности коррекционной программы осуществляется на протяжении всего учебного года и всего периода обучения. Оценка результатов проводится на начальном и заключительном этапе работы, промежуточные результаты оцениваются по результатам работы в каждом классе:

Личностные результаты:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией;

Предметные результаты:

в коммуникативной сфере:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими;
- ориентироваться в спектре профессий;
- формировать установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям:

в эмоционально-волевой сфере:

- выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- адекватно воспринимать окружающую действительность и самого себя;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру.

Содержание коррекционного курса

Программа состоит из шести взаимосвязанных этапов:

1. **Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия.** Включает в себя диагностику интеллектуального и психоэмоционального развития, обучающегося с умственной отсталостью, уровень включенности в общегрупповую деятельность.
2. **Коррекция когнитивных процессов.** Развитие внимания, памяти, мышления. Приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков. Формирование 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. Развитие внутреннего плана действий. Развитие пространственного восприятия и воображения.
3. **Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка.** Знакомство с приёмами психической саморегуляции. Обучение основам саморегуляции. Ориентировка в эмоциональных состояниях. Идентификация чувств. Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния. Воспитание чувства ответственности и долга. Знакомство с понятием «стресс», «вредные привычки». Воспитание навыков культурного поведения.
4. **Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка.** Формирование понятия о том, что все люди разные и имеют свой характер. Развитие адекватного отношения к другому человеку, усвоение социально-приемлемых норм поведения. Формирование умения определять личностные черты других людей.
5. **Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений.** Формирование осознания самого себя и определения своего внутреннего мира. Формирование умения определить личностные черты других людей. Раскрытие качеств, необходимых для активного общения. Знакомство с принципами хорошего слушания. Расширение представлений о способах самоанализа. Отстаивание своей точки зрения и аргументации.
6. **Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение".** Развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Актуализация знаний о профессиональном самоопределении. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии. Личностные особенности и выбор профессии. Развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. Актуализация знаний о способах и путях получения профессии. Формирование и развитие навыков самопознания. Обобщение знаний о профессиональном самоопределении.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения
2	Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"	15	
2.1	Коррекция и развитие внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов	4	Сосредотачивает сознание на определенных предметах или явлениях при одновременном отвлечении от других.
2.2	"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	4	Обобщает и классифицирует объекты, выделяет существенные признаки.

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
2.3	"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания"	4	Развивает слуховую и зрительную память, запоминают большой по объёму материал, а потом его воспроизводит.
2.4	"Коррекция и развитие восприятия и воображения".	3	Воспринимает контуры предметов, целостность предмета, учится ориентироваться в пространстве, развивает воображение.
3	Развитие эмоционально-личностной сферы ребенка	15	
3.1	"Учимся видеть друг друга"	3	Начинает видеть характер и понимать других людей с использованием фотографии друзей, людей других рас, животных
3.2	"Этот странный взрослый мир"	2	Формирует умения видеть и понимать взрослых, которые окружают ребенка через понимание семьи.
3.3	"Фантазия характеров"	3	Формирует умение определить личностные черты других людей. Выполняет упражнение на передачу внутренних черт характера через выразительные позы. Сопоставляет различные черты характера
3.4	"Умение владеть собой"	4	Выполняет упражнения на снятие напряжения и вхождение в состояние расслабленности, на осознание телесных ощущений, на умение регулировать и контролировать свое поведение
3.5	«Культура общения»	3	Выполняет упражнения, направленные на формирование понятий общение и его видов.
4	Повторное тестирование	2	Диагностика детей для выполнения тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения
Итого: 34 часа			

6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения
2	Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"	14	
2.1	"Коррекция и развитие внимания и его свойств. Развитие произвольности психических процессов".	3	Сосредотачивает сознание на определенных предметах или явлениях при одновременном отвлечении от других. Выполняет упражнения на развитие произвольного внимания.
2.2	"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	4	Обобщает и классифицирует объекты, выделяет существенные признаки. Выполняет упражнения на развитие способности систематизации объектов и информации.
2.3	"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания".	4	Развивает слуховую и зрительную память, запоминает большой по объёму материал, а потом его воспроизводит.
2.4	"Коррекция и развитие	3	Воспринимает контуры предметов, целостность

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
	восприятия и воображения".		предмета, учится ориентироваться в пространстве, развивает воображение. Выполняет упражнения на развитие внимания и зрительного восприятия.
3	Развитие эмоционально-волевой сферы ребенка	16	
3.1	"Палитра характеров".	3	Выполняет упражнения на сопоставление различных черт характера и адекватной самооценки.
3.2	"Что такое воля "	3	Выполняет упражнения на раскрытие волевых возможностей.
3.3	"Умение владеть собой "	4	Выполняет упражнения, направленные на снятие напряжения и вхождение в состояние расслабленности
3.4	«Что такое общение. Культура общения»	3	Выполняет упражнения, направленные на формирование понятий общение и его видов, а также правильного поведения в различных бытовых ситуациях.
3.5	«Умение сотрудничать»	3	Выполняет упражнения, развивающие умение сотрудничать и выражать интерес, внимание. Тренирует навыки сотрудничества и эффективного общения сосредоточенность
4	Повторное тестирование	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения
Итого: 34 часа			

7 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения
2	Коррекция когнитивных процессов "Я познаю мир"	15	
2.1	"Коррекция внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов".	3	Сосредотачивает сознание на определенных предметах или явлениях при одновременном отвлечении от других. Выполняет упражнения на развитие произвольного внимания.
2.2	"Коррекция мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	3	Обобщает и классифицирует объекты, выделяет существенные признаки. Выполняет упражнения на развитие способности систематизации объектов и информации.
2.3	"Коррекция памяти. Обучение приёмам запоминания".	3	Развивает слуховую и зрительную память, запоминает большой по объему материал, а потом его воспроизводит.
2.4	"Коррекция восприятия".	2	Воспринимает контуры предметов, целостность предмета, учится ориентироваться в пространстве, развивает воображение. Выполняет упражнения на развитие внимания и зрительного восприятия.
2.5	"Релаксация - напряжение"	2	Обучается навыкам саморегуляции. Выполняет дыхательные упражнения, упражнения на

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
			релаксацию.
2.6	"Развитие рефлексивных навыков"	2	Формирует рефлексивные навыки, способствующие психическому и личностному росту, выполняет упражнения на развитие сформированности действий анализа и осознанность способа решения
3	Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений	15	
3.1	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	2	Выполняет упражнения на умение определить личностные черты других людей, передачу внутренних черт характера через выразительные позы, умений распознавать эмоциональное состояние по мимике.
3.2	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"	2	Выполняет упражнения на развитие мимических движений, развитие коммуникативных навыков.
3.3	Знакомство с принципами хорошего слушания "Я слушаю"	2	Выполняет упражнения на формирование навыков активного слушания.
3.4	Расширение представлений о способах самоанализа "Какое решение верно"	2	Выполняет упражнения на формирование умений анализировать свои поступки и умения на основе самоанализа принять верное решение.
3.5	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	2	Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения.
3.6	Устранение барьеров общения "Я + Ты"	2	Работа с таблицей барьеры общения. Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения.
3.7	"Стили общения"	1	Заполняет таблицы разные стили общения. Участвует в разыгрывание этюдов беседы
3.8	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре".	1	Выполняет упражнения на развитие навыки совместной работы.
3.9	"Конфликты и способы их разрешения". Отработка навыков неконфликтного поведения.	1	Отрабатывает навыки неконфликтного поведения
4	Повторное тестирование	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения
Итого: 34 часа			

8 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения
2	Коррекция когнитивных	9	

№ пп	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
	процессов "Я познаю мир"		
2.1	"Коррекция и развитие внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов".	2	Сосредотачивает сознание на определенных предметах или явлениях при одновременном отвлечении от других. Выполняет упражнения на развитие произвольного внимания.
2.2	"Коррекция и развитие мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий"	3	Обобщает и классифицирует объекты, выделяет существенные признаки. Выполняет упражнения на развитие способности систематизации объектов и информации.
2.3	"Коррекция и развитие памяти. Обучение приёмам запоминания".	3	Развивает слуховую и зрительную память, запоминает большой по объему материал, а потом его воспроизводит.
2.4	"Коррекция и развитие восприятия".	1	Воспринимает контуры предметов, целостность предмета, учится ориентироваться в пространстве, развивает воображение. Выполняет упражнения на развитие внимания и зрительного восприятия.
3	Коррекция эмоционально-личностной сферы и поведения "Познавая себя и других"	10	
3.1	"Я - это я! Знаю ли я себя"	2	Выполняет упражнения на формирование и развитие способностей к самопознанию, осознание своей личной уникальности
3.2	"Я тебя понимаю". Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?	2	Выполняет упражнения на развитие навыков эмпатии.
3.3	"Я и Ты. Чем мы похожи".	1	Выполняет упражнения на развитие навыков самоанализа и наблюдательности.
3.4	"Кто твой настоящий друг"	1	Выполняет упражнения на развитие умения ценить и уважать друзей, находить положительные стороны личности в окружающих
3.5	"Я учусь владеть собой". Основы саморегуляции	2	Выполняет дыхательные упражнения, упражнения на релаксацию, упражнения, направленные на осознание телесных ощущений, связанный с напряжением и расслаблением
3.6	"Поведение и культура	2	Учится вежливо говорить, развивает умение начать, поддержать и вести разговор.
4	Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений	11	
4.1.	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	2	Выполняет упражнения на умение определить личностные черты других людей, передачу внутренних черт характера через выразительные позы, умений распознавать эмоциональное состояние по мимике.
4.2.	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения "Какой я и какие другие"	1	Выполняет упражнения на развитие мимических движений, развитие коммуникативных навыков.
4.3.	Знакомство с принципами хорошего слушания "Я	1	Выполняет упражнения на формирование навыков активного слушания.

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
	слушаю"		
4.4.	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	1	Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения.
4.5	Устранение барьеров общения "Я + Ты"	1	Работа с таблицей барьеры общения. Упражнения, направленные на преодоление барьеров общения.
4.6	"Стили общения"	1	Заполняет таблицы разные стили общения. Участвует в разыгрывание этюдов беседы
4.7	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра "Путешественники»	1	Выполняет упражнения на развитие навыки совместной работы.
4.8	"Конфликты и способы их разрешения". Отработка навыков неконфликтного поведения.	3	Отрабатывает навыки неконфликтного поведения
5	Повторное тестирование	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения
Итого: 34 часа			

9 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	2	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения
2	Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений	10	
2.1	Структура общения и его виды	2	Заполнение таблицы «Общение его виды и структура». Выполнение упражнения, направленные на тренировку правильности восприятия собеседника.
2.2	Вербальное и невербальное общение.	2	Выполнение упражнения «Зеркало» «Самонаблюдение» «Разговор без слов».
2.3	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	2	Выполняет упражнения на умение определить личностные черты других людей, передачу внутренних черт характера через выразительные позы, умений распознавать эмоциональное состояние по мимике.
2.4	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	2	Выполняет упражнения на развитие умений высказывать свое мнение и аргументировать свою точку зрения, навыков общения, умения убеждать.
2.5	Конфликты в общении и пути их разрешения.	2	Отрабатывает навыки неконфликтного поведения и конструктивного разрешения конфликта.
3	Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы "Профессиональное самоопределение»	10	

№ пп	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
3.1	Волшебный мир профессий. Классификация профессий.	2	Выполняет упражнения на развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Составление Информационной карты оценки мира профессий.
3.2	Ошибки в выборе профессий	2	Выполняет задание на актуализацию знаний о профессиональном самоопределении. Выработка алгоритма принятия решения о профессиональном самоопределении»
3.3	Мои профессиональные интересы и склонности. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии.	2	Изучает личностные особенности выбора профессии. Выполняет задание на развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. Изучает основные медицинские противопоказания при выборе профессии.
3.4	Пути получения профессии	2	Выполняет задание на актуализацию знаний о способах и путях получения профессии.
3.5	Портрет подходящей профессии	2	
4	Коррекция и развитие навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой»	8	
4.1	Что такое стресс. Способы помощи в стрессовых ситуациях	2	Выполняет упражнения на развитие навыков борьбы со стрессом
4.2	Отработка навыков саморегуляции и самоконтроля кинезиологическими методами.	2	Выполняет упражнения на развитие навыка самоконтроля и релаксации
4.3	Как подготовиться к итоговой контрольной работе или экзамену.	1	Воспринимает советы по подготовке к итоговой контрольной работе или экзамену.
4.4	Отработка навыков неконфликтного поведения.	2	Выполняет упражнения на развитие навыка бесконфликтного общения
4.5	Обобщающее занятие. «Карта моей будущей жизни»	1	Выполняет задания, направленные на обобщение полученных знаний, развитие представлений о будущем
5	Итоговое тестирование	4	Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в конце обучения
Итого: 34 часа			

Материально-техническое обеспечение

- Интерактивная доска.
- Мультимедийный проектор.
- Персональный компьютер.
- Принтер.

Для проведения коррекционной работы и реализации межпредметных связей требуется специально организованная предметно-пространственная развивающая среда:

- функционально ориентированные игрушки и пособия для развития сенсорно-моторных функций (строительные конструкторы с комплектом цветных деталей, раскладные пирамидки, плоские и объемные геометрические фигуры разной величины, полоски

цветного картона разной длины и ширины, геометрическое лото, сенсорные модули и др.);

- игрушки и пособия для развития тонкой моторики, спортивный инвентарь для развития крупной моторики (мячи разной величины: массажные и гладкие, колебросы, шнуровки и т.д.);
- спортивный инвентарь для развития крупной моторики (шнуровки, мозаики, мячи, колебросы, обручи, сенсорная “тропа” для ног, массажный коврик, полусфера и др.);
- оборудование для занятий музыкой, ритмикой, изобразительной деятельностью (музыкальное сопровождение для релаксации и для физминуток, звучащие музыкальные инструменты, изобразительные материалы и др.);
- материал техники АРТ-терапии (различные куклы, сюжетные игрушки, элементы одежды, сюжетные картинки, журналы, вырезки, альбомные листы формата А1, А2, А3, А4, А5, краски, гуашь, цветная бумага, кисти, баночки для воды, пластилин, восковые карандаши, принадлежности для ароматерапии и др.);
- иллюстративный наглядный материал, направленный для понимания ситуаций межличностного взаимодействия, эмоциональных проявлений;
- мультимедийное сопровождение, видеопрезентации к урокам в соответствии с тематикой занятий;
- аудиозаписи для релаксации и рисования: звуки природы, цветотерапия, инструментальная музыка, детские песни и т.д.;
- комплекты раздаточных пособий, дидактических материалов, сюжетных картинок, фотографий.