

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области  
«Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные  
общеобразовательные программы»

Утверждаю:  
Директор ГБОУ СО «Североуральская  
школа-интернат»  
Е.И.Злобина  
«29» августа 2024 г.



**Рабочая программа**  
**по курсу**  
**«Психологический практикум»**  
**7 – 9 класс**

Составитель: С.И. Рукас  
Педагог-психолог  
Соответствие занимаемой должности  
Рассмотрено на заседании  
Школьного методического объединения  
Протокол № 1  
от «29» августа 2024 г.  
Согласовано:  
Зам. директора по УВР  
Н.Е. Коваль  
«28» 08 2024 г.

г. Североуральск  
2024 год

## Целевой раздел

### Нормативно-правовое обеспечение предмета

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год;
6. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области»;
7. Закон Свердловской области от 23.10.1995 № 28-ОЗ «О защите прав ребенка» (с последующими изменениями и дополнениями);
8. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» утвержденный Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01.2020г. № 20-Д «Об утверждении устава государственных бюджетных учреждений Свердловской области»;
10. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ОО (приказ № 92 от 31.08.2023 г.);
11. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;
12. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;
13. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1026.

Программа «Психологический практикум» входит в часть учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, а именно в коррекционно-развивающую область. Продолжительность реализации программы: 3 года. Общее количество часов в год по каждому классу: 34. Количество занятий в неделю: 1. Продолжительность занятия: 40 минут.

Программа включает диагностическое и коррекционно-развивающее направление психокоррекционного модуля адаптированной основной общеобразовательной

программы. Диагностические мероприятия проводятся с 01 сентября по 15 сентября и с 15 мая по 30 мая. Коррекционно-развивающий период - с 15 сентября по 15 мая.

Содержанием курса является развитие познавательных процессов (ощущений, восприятия, внимания, памяти, мышления, воображения), а также формирование саморегуляции, то есть таких психологических качеств и умений, без которых успешно учебная деятельность осуществляться не может. Данная программа содержит практические методы психолого-педагогического воздействия по созданию условий для личностного развития детей с умственной отсталостью. Результатом программы является успешная социальная адаптация обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в изменяющемся социальном пространстве.

Рабочая программа построена по циклическому принципу и предполагает повторение тематики основных разделов программы на более высоком уровне: усложняется речевой материал, дидактические и ролевые игры, расширяются понятия, усложняются формы социального взаимодействия.

Программа включает четыре раздела, которые в полном объеме или частично реализуются в каждом классе:

1 раздел. Развитие и коррекция познавательной сферы:

- развитие внимания, памяти, мышления;
- приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков;
- формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения;
- становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения;
- расширение словарного запаса.

2 раздел. Самопознание. Что я знаю о себе:

- формирование способности к самопознанию; зачем нужно знать себя, свое тело, свой внутренний мир;
- формирование умения определять личностные качества свои и других людей;
- формирование адекватной самооценки;
- обучение умению видеть достоинства и недостатки как свои, так и окружающих;
- формирование навыков осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями;

3 раздел. Развитие коммуникативных навыков. Я и другие:

- формирование умения владеть средствами общения;
- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование умений коллективного обсуждения и выполнения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;
- формирование способности выражения собственного мнения;
- формирование позитивного образа «Я».

4 раздел. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы:

- обучение выражению своих чувств, отделению чувств от эмоций и поведения; идентификация чувств;
- формирование умения осознавать и анализировать собственное состояние;
- формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния;
- понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости;

- отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых;
- понятие группового давления и принятие собственного решения;
- формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения;
- поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению;
- понятие насилия и права защищать свои границы;
- формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя;
- понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций;
- коррекция агрессивности обучающихся.

Цель программы: коррекция познавательной, эмоционально-волевой сферы подростков с умственной отсталостью, повышение самостоятельности и расширение возможности их общения в современном обществе через преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Задачи программы:

- развитие внимания, памяти, мышления, пространственных представлений;
- сплочение группы, освоение навыков работы в коллективе;
- создание благоприятного психологического климата в классном коллективе;
- формирование и закрепление коммуникативных навыков;
- обучение способам выражения эмоций (тревога, агрессия, положительные эмоции и др.);
- формирование образа «Я», навыков самопознания;
- формирование положительных межличностных взаимоотношений между детьми, на основе которых каждый ребенок смог быть успешно социализироваться;
- мотивация подростков на обращение к своему внутреннему миру, на анализ собственных поступков;
- развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

Методы и формы реализации программы:

Для реализации поставленных целей используется групповая, подгрупповая и индивидуальная формы работы.

В ходе занятий предполагается использовать следующие приемы и методы:

- Методы объяснительно-иллюстративного обучения: чтение, рассказ, беседа, объяснение, самостоятельная работа с учебным материалом.
- Методы репродуктивного обучения: упражнения, практикум.
- Методы проблемно-поискового обучения: проблемное изложение, частичнопоисковый (эвристический, или сократический), исследовательский, мозговой штурм, анализ конкретных ситуаций.
- Коммуникативные методы обучения: дискуссия, диалог.
- Арт-терапевтические методы (т.к. изобразительная деятельность выступает инструментом коммуникации, позволяя обучающимся восполнить дефицит общения и выстраивать гармоничные взаимоотношения с миром. Во многих случаях работа с изобразительными материалами позволяет получить седативный эффект, снимает эмоциональное напряжение);
- Приемы игровой терапии, которые позволяют моделировать систему социальных отношений в наглядно-действенной форме в специально созданных игровых условиях, возрастает мера социальной компетентности, развивается способность к разрешению проблемных ситуаций; формируются равноправные партнерские взаимоотношения обучающихся со сверстниками, что обеспечивает возможность позитивного личностного развития. Игровая терапия позволяет организовать поэтапную отработку в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, происходит постепенное формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности

на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли, и правил, регулирующих поведение в игровой команде. Создание ситуации успеха помогает более эффективному усвоению получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у обучающихся является развитие речи. Детям трудно выражать свои мысли и чувства, обращаться к другим, получать обратную связь, поэтому в программу включены постановка известных сказок и придумывание своих с последующим их проигрыванием;

– Психогимнастика. В основе лежит использование двигательной экспрессии. Основная цель – преодоление барьеров в общении, создание доброжелательной атмосферы, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения;

– Элементы психологического тренинга и др.

Организуя деятельность обучающихся на занятиях необходимо опираться на принцип реализации деятельностного подхода в обучении, то есть продумывать структуру занятия так, чтобы все обучающиеся были вовлечены в деятельность, и каждый ребенок в процессе был услышан, поощрен, замечен педагогом. Этого можно добиться, широко используя групповые методы и коллективную мыслительную деятельность. Для достижения наилучшего эффекта при организации и проведении занятий необходимо соблюдать следующие принципы:

– Использование доступного и знакомого для обучающихся предметного материала, для того чтобы при отработке основных приемов мыслительной деятельности не возникало препятствия в виде непонимания содержания научных понятий.

– Проведение занятий на уровне повышенного интереса, что позволяет сделать обучающихся активными участниками интеллектуального тренинга, создать положительный эмоциональный фон занятий. С этой целью широкое использование игровых методик.

– Рефлексия выполняемых интеллектуально-познавательных действий. Осознание обучающимися характера и основных этапов выполняемых действий, позволит обучающимся переносить сформированные интеллектуальные умения на иное содержание и успешно применять в учебной деятельности.

Оптимальное использование индивидуальных и коллективных методов при поиске и обсуждении решений задач. Это в значительной мере способствует формированию коммуникативной культуры, а также обеспечивает взаимообмен различными подходами к выполнению заданий.

Структура занятия включает три стадии:

– разогрев (включает игры-энергизаторы, поднимающие настроение в группе);  
– упражнения, мотивирующие участников на «проживание» темы занятия), действие (проведение 1-2 крупных игр и упражнений, направленных на раскрытие темы);  
– рефлексивный круг (упражнения, направленные на проговаривание и осознание полученного опыта).

Для реализации рабочей программы возможно применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. При электронном обучении формой организации учебного процесса может быть: обучающие видеоролики, игровые упражнения и игры, предлагаемые через различные мессенджеры, презентации и др.

Критериями эффективности служат следующие показатели:

– снижение уровня школьной тревожности;  
– повышение коммуникативной компетентности;  
– степень принятия помощи, которую оказывает педагог обучающимся при выполнении заданий: чем помощь учителя меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;

– поведение обучающегося на занятиях: активность, заинтересованность в положительных результатах уроков; результаты выполнения контрольных

психологических заданий, в качестве которых даются задания, уже выполнявшиеся обучающимся, но другие по своему внешнему оформлению, и выявляется, справляются ли школьник с этими заданиями самостоятельно;

– косвенным показателем эффективности данных занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также наблюдения учителей за работой обучающегося на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности и др.).

Кроме того, представляется важным оценивать воздействие уроков психологического развития на эмоциональное состояние обучающегося.

Форма оценивания знаний – безотметочная.

Формы контроля: выполнение диагностических методик и тестовых заданий. Основной показатель качества освоения программы - личностный рост обучающегося, его самореализация и определение своего места в детском коллективе.

Развитие ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, приводящий к качественным изменениям в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза. Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным формированием условных связей, малоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем).

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отличается качественным своеобразием. Относительно сохранной у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывается чувственная ступень познания — ощущение и восприятие. Проведение специальных коррекционных занятий не только повышают качество ощущений и восприятий, но и оказывают положительное влияние на развитие интеллектуальной сферы, в частности овладение отдельными мыслительными операциями.

Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д.

Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление. Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: зачастую, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Однако при особой организации учебной деятельности, направленной на обучение школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) пользованию рациональными и целенаправленными способами выполнения задания, оказывается возможным в той или иной степени скорректировать недостатки мыслительной деятельности. Использование специальных методов и приемов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать

влияние на развитие различных видов мышления обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе и словесно-логического.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала.

Использование различных дополнительных средств и приемов в процессе коррекционно-развивающего обучения (иллюстративной, символической наглядности; различных вариантов планов; вопросов педагога и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Однако, если задание посилено для ученика и интересно ему, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Под влиянием специально организованного обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость значительно улучшаются, что позволяет говорить о наличии положительной динамики, но вместе с тем, в большинстве случаев эти показатели не достигают возрастной нормы.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение. Представлениям детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами. Это находит свое выражение в увеличении объема и изменении качества словарного запаса, овладении различными конструкциями предложений, составлении небольших, но завершенных по смыслу, устных высказываний.

Моторная сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. В свою очередь, это негативно сказывается на овладении письмом и некоторыми трудовыми операциями. Проведение

специальных упражнений, включенных как в содержание коррекционных занятий, так и используемых на отдельных уроках, способствует развитию координации и точности движений пальцев рук и кисти, а также позволяет подготовить обучающихся к овладению учебными и трудовыми действиями, требующими определенной моторной ловкости.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают формирование некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование социально зрелых отношений со сверстниками и взрослыми. При этом специфическими особенностями межличностных отношений является: высокая конфликтность, сопровождаемая неадекватными поведенческими реакциями; слабая мотивированность на установление межличностных контактов и пр. Снижение адекватности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми людьми обуславливается незрелостью социальных мотивов, неразвитостью навыков общения обучающихся, а это, в свою очередь, может негативно сказываться на их поведении, особенности которого могут выражаться в гиперактивности, вербальной или физической агрессии и т.п. Практика обучения таких детей показывает, что под воздействием коррекционно-воспитательной работы упомянутые недостатки существенно сглаживаются и исправляются.

### 3. Содержательный раздел Учебно-тематическое планирование

7 класс

№ п/п	Наименование разделов программы	Количество часов
1	Диагностика	2
2	Развитие и коррекция познавательной сферы	5
3	Самопознание. Что я знаю о себе	11
4	Развитие коммуникативных навыков. Я и другие	6
5	Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы	9
6	Диагностика	2
	Итого часов:	34

8 класс

№ п/п	Наименование разделов программы	Количество часов
1	Диагностика	2
2	Введение	1
3	Как мы познаём мир	8
4	Познай себя	5
5	Я среди людей	16
6	Диагностика	2
	Итого часов:	34



## 9 класс

№ п/п	Наименование разделов программы	Количество часов
1	Диагностика	2
2	Введение	1
3	Познай себя	8
4	Как мы познаём мир	8
5	Я среди людей	12
6	Обобщение	1
7	Диагностика	2
	Итого часов:	34

7 класс

№ урока в году	№ урока в разделе	Название раздела, темы урока	Кол-во часов	Дата	Содержание коррекционной работы
Раздел 1. Входная диагностика (2 часа)					
1-2	1-2	Диагностика познавательных процессов и эмоционально-волевой сферы личности	2		Определение уровня сформированности познавательных процессов и особенностей эмоционально-волевой сферы Выполнение диагностических материалов Выполнение тестовых и проективных методик
Раздел 2. Развитие и коррекция познавательной сферы (5 часов)					
3	1	Развитие уровня распределения, концентрации и устойчивости внимания	1		Увеличение уровня распределения внимания; коррекция избирательности внимания; усиление концентрации и устойчивости внимания; развитие умения регулировать свои действия; воспитание настойчивости и выдержки; воспитание потребности в самоорганизации (аккуратности, настойчивости). Упражнение «Выполни по образцу»
4	2	Развитие слуховой и зрительной памяти	1		Обучение приемам запоминания; развитие и коррекция зрительной и слуховой памяти; воспитание настойчивости и выдержки.
5	3	Развитие ассоциативной памяти	1		Развитие ассоциативной памяти; Понятие и значение ассоциативной памяти для человека. Формирование полноты воспроизведения словесного материала; воспитание личностных мотивов запоминания, умение обучающихся создавать установку на длительное запоминание. Составить ассоциативный ряд для запоминания
6	4	Развитие мыслительных навыков: классификация, обобщение	1		Формирование мыслительных навыков: классификация; развитие интересов и познавательной активности; воспитание положительного отношения к учебе. Придумать несколько предметов, относящихся к одному классу

7	5	Развитие мыслительных навыков: установление причинно- следственных отношений	1		Формирование мыслительных навыков: анализ, синтез,установление причинно-следственных отношений Найдите причину заданных событий
Раздел 3. Самопознание. Что я знаю о себе (11 часов)					
8	1	Мое тело	1		Закрепление знаний о своем теле; формирование и закрепление представлений о гендерных различиях; воспитание внимательного отношения к окружающим. Рассказ «Как должен выглядеть мальчик и как девочка»
9	2	Мой внутренний мир	1		Формирование способности познавать свой внутренний мир; развитие навыков самопознания; гармонизация эмоционального состояния Ответьте на вопрос «Какой Я?»
10	3	Самоценность	1		Формирование понятия о самоценности собственного «Я»; развитие представлений о своих возможностях, умений адекватно оценивать себя; воспитание уверенности
11	4	Мои достижения	1		Формирование умения преодолевать барьеры на пути самокритики; продолжение развития навыков самоанализа и самооценки; воспитание самостоятельности, рассудительности. Напишите, какие достоинства вы бы хотели приобрести
12	5	Мои поступки	1		развитие умения регулировать свои действия
13	6	Кто такой уверенный человек	1		Формирование навыка уверенного поведения; развитие умения регулировать свои действия; воспитание умения прогнозировать собственную деятельность.
14	7	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1		Раскрыть понятие «уверенность в себе», дать представление об уверенном человеке.
15	8	Я – уверенный или неуверенный?	1		Формировать у обучающихся уверенное поведение, уважение к себе и другим.
16	9	Я становлюсь увереннее	1		Учить работать в команде, договариваться.
17	10	Уверенность и самоуважение	1		

18	11	Уверенность и уважение к другим	1		<p>Раскрыть понятие «уверенность в себе», дать представление об уверенном человеке.</p> <p>Формировать у обучающихся уверенное поведение, уважение к себе и другим.</p> <p>Учить работать в команде, договариваться.</p>
Раздел 4. Развитие коммуникативных навыков. Я и другие (5 часов)					
19	1	Как мы получаем информацию о человеке?	1		<p>Дать представление об общении и его видах.</p> <p>Развивать у обучающихся навык понимания невербальной информации.</p> <p>Развивать навык общения со сверстниками и окружающими людьми.</p> <p>Формировать умение работать в группе сверстников.</p>
20-21	2-3	Как понимать других людей по их жестам и позам?	2		<p>Дать представление об общении и его видах.</p> <p>Развивать у обучающихся навык понимания невербальной информации.</p> <p>Развивать навык общения со сверстниками и окружающими людьми.</p> <p>Формировать умение работать в группе сверстников.</p>
22	4	Понимание причин поведения людей	1		
23	5	Слагаемые впечатления о человеке	1		
Раздел 5. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы (9 часов)					
24	1	У меня появилась агрессия	1		<p>Дать представление об агрессии и причинах ее возникновения.</p> <p>Составить психологический портрет агрессивного человека.</p> <p>Учить реагировать на агрессию.</p> <p>Воспитывать умение договариваться между собой</p>
25	2	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	1		
26	3	Конструктивное реагирование на агрессию	1		<p>Дать представление об агрессии и причинах ее возникновения.</p> <p>Составить психологический портрет агрессивного человека.</p> <p>Учить реагировать на агрессию.</p> <p>Воспитывать умение договариваться между собой</p>
27	4	Агрессия во взаимоотношениях между детьми и родителями	1		
28	5	Конфликт. Конфликты в школе, дома и на улице	1		<p>Сформировать у обучающихся представление о конфликте и причинах его возникновения.</p> <p>Раскрыть способы конструктивного разрешения конфликта.</p> <p>Развивать эмоционально-волевую сферу, восприятие, мышление, внимание.</p> <p>Формировать умение слушать и слышать говорящего, умение</p>
29-30	6-7	Способы поведения в конфликте	2		
31	8	Конструктивное разрешение конфликтов	1		

32	9	Готовность к разрешению конфликта	1		спорить.
Раздел 6. Итоговая диагностика (2 часа)					
33-34	1-2	Диагностическое занятие	2		<p>Определение уровня сформированности познавательных процессов и особенностей эмоционально-волевой сферы на конец учебного года</p> <p>Выполнение диагностических материалов</p> <p>Выполнение тестовых и проективных методик</p>

### 8 класс

№ урока в году	№ урока в разделе	Название раздела, темы урока	Кол-во часов	Дата	Содержание коррекционной работы
Раздел 1. Входная диагностика (2 часа)					
1-2	1-2	Диагностическое занятие	2		Выявить особенности личностного и когнитивного развития личности обучающихся
Раздел 2. Введение (1 час)					
3	1	Что такое психология?	1		Дать представление о психологии как науке и ее значении для человека. Разграничить психологическое воздействие психолога от медицинского.
Раздел 3. Как мы познаём мир (8 часов)					
4	1	Человек как биологический вид. Особенности его психической организации.	1		<p>Дать представление о человеке как биологическом виде.</p> <p>Совместно с обучающимися выявить отличительные особенности человека и животного;</p> <p>Формировать умение слушать, обобщать, делать выводы;</p> <p>Развивать волевую и эмоциональную регуляцию поведения</p>
5	2	Индивидуальные особенности психической деятельности человека: восприятие, ощущения	1		<p>Дать представление о восприятии и ощущениях;</p> <p>Формировать психические функции восприятия и ощущения;</p> <p>Раскрыть индивидуальные особенности каждого из обучающихся;</p> <p>Формировать умение высказываться и слушать высказывания одноклассников</p>

6-7	3-4	Индивидуальные особенности психической деятельности человека: память, виды памяти	2		Дать представление о памяти и ее видах; Формировать зрительную, слуховую, смысловую память; Раскрыть индивидуальные особенности каждого из обучающихся; Формировать умение высказываться и слушать высказывания одноклассников
8-9	5-6	Индивидуальные особенности психической деятельности человека: речь и культура общения	2		Дать представление об общении и его функциях; Показать важность развития навыков взаимодействия и сотрудничества; Формировать умение слушать и слышать говорящего, задавать вопросы; Развивать волевую и эмоциональную регуляцию поведения; Обучать способам взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
10-11	7-8	Индивидуальные особенности психической деятельности человека: мышление	2		Дать представление о мышлении и мыслительных процессах; Формировать мыслительные процессы классификации, обобщения, анализа и синтеза, установления последовательности и т.д.; Раскрыть индивидуальные особенности каждого из обучающихся; Формировать умение высказываться и слушать высказывания одноклассников
Раздел 4. Познай себя (5 часов)					
12	1	Индивидуальные особенности психической деятельности человека: эмоции и чувства	1		Дать представление о чувствах и эмоциях; Раскрыть понятие «эмоциональное состояние» Раскрыть индивидуальные особенности каждого из обучающихся; Формировать умение слушать и слышать говорящего, задавать вопросы
13-14	2-3	Индивидуальные особенности психической деятельности человека: личность и темперамент	2		Раскрыть понятия личность и темперамент; Выявить отличительные черты личности каждого из обучающихся путем изучения темперамента.
15	4	Интересы, привычки, взгляды, убеждения...	1		Формировать представление о мировоззрении человека, его привычках, взглядах, убеждениях.
16	5	Поведение и поступки как проявление личности человека	1		Учить анализировать поступки свои и окружающих людей; Учить делать выводы и умозаключения

Раздел 5. Я среди людей (16 часов)					
17	1	«Скажи мне кто твой друг...» (понятие о дружбе, характеристики дружеских отношений)	1		Содействовать осознанию ценности дружеских отношений между людьми, помочь осознать, как воспринимают друзей и недругов мальчики и девочки, развивать толерантное отношением к другому мнению в ситуации совместного принятия группового решения
18	2	«Какой ты друг?» (о честности и правдивости, и взаимопомощи и взаимовыручке)	1		Познакомить с содержанием понятия «дружба», развивать навыки совместной деятельности
19	3	Типы дружеских отношений	1		Развивать навыки взаимодействия и сотрудничества, содействовать возникновению чувства «мы», создавать условия для самовыражения в группе, разработать с обучающимися правила доброжелательного и эффективного общения
20-21	4-5	Конфликты. Причины их возникновения и способы преодоления	2		Формировать у обучающихся представление о конфликте и причинах его возникновения. Раскрыть способы конструктивного разрешения конфликта. Развивать эмоционально-волевую сферу, восприятие, мышление, внимание. Формировать умение слушать и слышать говорящего, умение спорить.
Раздел 5.1. Взаимоотношения между людьми					
22	6	Любовь и счастье. Первая любовь	1		Дать представление о любви и влюбленности; Помочь разграничить данные понятия;
23	7	Кого и за что можно любить?	1		Помочь обучающимся осознать особенности своего отношения к представителям противоположного пола;
24	8	Название раздела, темы занятий	1		Способствовать формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу;
25	9	Влюбленность и любовь. Романтические отношения.	1		Обсудить особенности поведения девушки и юноши в социуме и изменяющемся мире
26	10	Правила поведения юноши и девушки	1		
Раздел 5.2. Представления о добре и зле					
27	11	Что такое добро и как проявляется зло	1		Дать обучающимся представление о категориях добра и зла; Раскрыть индивидуальные личностные качества человека через анализ его поступков сквозь призму отношений добра и зла; Обозначить понятие «идеал»

28	12	Характер человека в призме отношений добра и зла. Индивидуально-личностные качества человека.	1		
29	13	Идеал – совершенный человек. Идеалы подростков	1		
Раздел 5.3. Отцы и дети					
30	14	Семья в жизни человека. Отношения в семье	1		<p>Дать представление о жизненных планах и ценностях человека; Содействовать осознанию своего места в мире; Содействовать осознанию ценности теплых эмоциональных отношений между людьми, помочь осознать различия в отношении «своим» и «чужим», развивать толерантное отношение к «другим», способствовать получению опыта сотрудничества и конкуренции; Помочь обучающимся осознать особенности своего отношения к представителям противоположного пола, способствовать формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу в ходе совместного принятия группового решения; Углубить представления о семейных отношениях и роли каждого члена семьи.</p>
31	15	Кто я в моей семье?	1		
32	16	Семейные ценности	1		
Раздел 6. Итоговая диагностика (2 часа)					
33-34	1-2	Диагностическое занятие	2		Выявить особенности личностного и когнитивного развития личности обучающихся

### 9 класс

№ урока в году	№ урока в разделе	Название раздела, темы урока	Кол-во часов	Дата	Содержание коррекционной работы
Раздел 1. Входная диагностика (2 часа)					
1-2	1-2	Диагностическое занятие	2		Выявить особенности личностного и когнитивного развития личности обучающихся
Раздел 2. Введение (1 час)					



3	1	Что такое психология? Для чего нужно знать себя?	1		Дать представление о психологии как науке и ее значении для человека. Разграничить психологическое воздействие психолога от медицинского.
Раздел 2. Как мы познаем мир (8 часов)					
4	1	Мы снова вместе!	1		Дать представление об общении и его функциях; Показать важность развития навыков взаимодействия и сотрудничества; Формировать умение слушать и слышать говорящего, задавать вопросы; Развивать волевую и эмоциональную регуляцию поведения; Обучать способам взаимодействия со взрослыми и сверстниками; Формировать доверие и чувство безопасности в коллективе класса
5	2	Что у нас общего?	1		
6	3	Сотрудничество: как работать вместе?	1		
7	4	Невербальное общение: Общаться? Да. А если без слов?	1		
8	5	Невербальное общение: Позиции в общении	1		
9	6	Умение слушать: Я – слушатель!	1		
10	7	Умение слушать: Навыки активного слушания	1		Дать представление об общении и его функциях; Показать важность развития навыков взаимодействия и сотрудничества; Формировать умение слушать и слышать говорящего, задавать вопросы; Развивать волевую и эмоциональную регуляцию поведения; Обучать способам взаимодействия со взрослыми и сверстниками; Формировать доверие и чувство безопасности в коллективе класса
11	8	Умение задавать вопросы: Как лучше контактировать с окружающими?	1		
Раздел 3. Познай себя (8 часов)					
12	1	Чувства и эмоции людей: Как понять свои чувства?	1		Познакомить с особенностями эмоциональной сферы; Формировать позитивное отношение к себе и другим людям; Формировать навык конструктивного общения; Направить обучающихся на осмысление своих отношений с одноклассниками, на развитие собственных коммуникативных возможностей; Содействовать осознанию качеств, необходимых для эффективного взаимодействия, развивать навыки эффективного взаимодействия и сотрудничества
13	2	Чувства и эмоции людей: Как преодолевать негативные эмоции?	1		
14-15	3-4	Чувства и эмоции людей: Как оказывать поддержку?	2		
16	5	Взаимодействие с другими: Дружба и манипуляция	1		
17	6	Черты характера: Чем я отличаюсь от других?	1		

18	7	Черты характера: И это тоже я...	1		
19	8	Обратная связь: Я о себе, другие обо мне	1		
Раздел 4. Я среди людей (12 часов)					
20	1	Способности и ресурсы: Каков мой мир?	1		<p>Дать представление о жизненных планах и ценностях человека;  Содействовать осознанию своего места в мире;  Содействовать осознанию ценности теплых эмоциональных отношений между людьми, помочь осознать различия в отношении к «своим» и «чужим», развивать толерантное отношение к «другим», способствовать получению опыта сотрудничества и конкуренции;</p> <p>Помочь обучающимся осознать особенности своего отношения к представителям противоположного пола, способствовать формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу в ходе совместного принятия группового решения;</p> <p>Углубить представления о семейных отношениях и роли каждого члена семьи.</p>
21	2	Мои жизненные планы	1		
22	3	Реальное и идеальное: Что в жизни важно?	1		
23	4	Реальное и идеальное: мои ценности	1		
24	5	Любовь и влюбленность: «Мы выбираем, нас выбирают...»	1		
25	6	Любовь и влюбленность: Взаимоотношения между юношами и девушками	1		
26	7	Ловушки любви	1		
27	8	Моя семья	1		<p>Дать представление о жизненных планах и ценностях человека;  Содействовать осознанию своего места в мире;  Содействовать осознанию ценности теплых эмоциональных отношений между людьми, помочь осознать различия в отношении к «своим» и «чужим», развивать толерантное отношение к «другим», способствовать получению опыта сотрудничества и конкуренции;</p> <p>Помочь обучающимся осознать особенности своего отношения к представителям противоположного пола, способствовать формированию у девочек и мальчиков позитивных установок по отношению друг к другу в ходе совместного принятия группового решения;</p> <p>Углубить представления о семейных отношениях и роли каждого члена семьи.</p>
28	9	Какие роли мы играем в семье?	1		
29	10	Семейные правила	1		

30	11	Азбука здоровья: Что значит быть здоровым?	1		Познакомить обучающихся с основными аспектами здорового образа жизни;
31	12	Что мешает людям вести здоровый образ жизни?	1		Формировать привычку ЗОЖ.
Раздел 6. Обобщение (1 час)					
32	1	Обобщающее занятие	1		Повторить пройденные темы раздела. Сделать вывод
Раздел 7. Итоговая диагностика (2 часа)					
33-34	1-2	Диагностическое занятие	2		Выявить особенности личностного и когнитивного развития личности обучающихся на конец учебного года

#### **4. Требования к уровню подготовленности обучающихся к результатам образования на уровне личностных и предметных результатов**

Данная программа должна обеспечить достижение обучающимися личностных, регулятивных, метапредметных и предметных результатов.

*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:

- 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.);

- наличие навыков саморегуляции;

- наличие адекватных представлений о собственных возможностях;

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

*Метапредметные результаты.* Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;

- играть определенную роль в совместной деятельности;

- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;

- выделять общую точку зрения в дискуссии;

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. (*Регулятивные БУД*).

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;

- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

*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).

## **5. Организационный раздел. Контрольно-измерительные материалы**

Структурированное наблюдение по Семаго

Социометрия

Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики» О. А. Ореховой

Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» Н.Г. Лускановой

Опросник «Отношение детей к школе»

Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса Патохарактерологический диагностический опросник для подростков (Лычко А.Е.)

Метод цветových выборов. Модификация восьмицветового теста Люшера (Собчик Л.Н.)

Диагностика межличностных отношений (модифицированный адаптированный вариант интерперсональной диагностика Лири) – автор – Собчик Л.Н.

Опросник Г. Айзенка (подростковый вариант) Метод «Незаконченные предложения»

Индивидуально-типологический опросник Л.Н. Собчик, детский вариант

## **6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение дисциплины**

Классная доска, парты, стулья

Ноутбук (компьютер)

Колонки

Маркеры

Листы бумаги А4, А3  
Магниты  
Плакаты с эмоциями и конфликтными ситуациями  
Карточки с раздаточным материалом  
Тестовые методики и бланки к ним

### Список рекомендуемой учебно-методической литературы для педагога-психолога

1. Александровская Э.М., Кокуркина Н.И., Толчинская Л.В. Современная девушка: как стать успешной и счастливой. Программа развития социальных навыков у девочек- подростков. 8-11 классы. – М.: ВАКО, 2014. – 144 с.
2. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. Спб., 2004.
3. Баскакова З.Л., Дубиская В.В. Программа социально-психологических тренингов «Мой мир» - Под общ. ред. Н.Б.Долгополова. – М., 1997.
4. Бгажнокова И.М., Гамаюнова А.М. Проблемы социальной адаптации детей с нарушениями интеллекта. Дефектология № 1, 1998.
5. Бгажнокова И.М., Мусукаева Ф.В. Особенности понимания и использования нормповедения умственно отсталыми подростками. Дефектология № 5, 1998.
6. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитания. Московский Университет, 1989.
7. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов. СПб., 2001.
8. Выготский Л.С. Проблемы дефектологии / Сост., авт. Вступ. Ст. и библиогр. Т.М.Лифанова; авт. коммент. М.А.Степанова – М.: Просвещение, 1995. – 527с.
9. Гиппенрейтор Ю.Б. Общаться с ребенком, как? Москва, 1997.
10. Гончарова Е.Л., Кукушкина О.И. Внутренний мир человека как предмет изучения в специальной школе. Дефектология № 3, 1998.
11. Групповые занятия и тренинги со старшеклассниками: развитие внимания, воображения, логического мышления / авт. О.А.Вершинина. – Волгоград: Учитель, 2008. – 94 с.
12. Дефектология № 3, 2001.
13. Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии. СПб., 2000.
14. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. Спб., 2000.
15. Кукушкина О.И., Барышникова Н.А. О чем заставляет размышлять первый опыт апробации «Дневника событий жизни». Дефектология №4, 2000.
16. Матвеева О.А. Развивающая и коррекционная работа с детьми. Педагогическое общество России. Москва, 2001.
17. Осипова Е. С. Основы психокоррекции. Ростов-на-Дону, 2000.
18. Пиз А. Язык телодвижений. Москва, 1995.
19. Пономаренко Л. П., Белоусова Р. В. Психология для старшеклассников: в 2-х частях. Москва, 2003.
20. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. Москва, 2001.
21. Риердон Б. Толерантность – дорога к миру. Москва, 2001.
22. Сатран Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. Москва, 1999.
23. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Диагностико-консультативная деятельность психолога образования: Методическое пособие – М.: Айрис-пресс, 2004. – 288с.
24. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования: Методическое пособие – М.: АРКТИ, 2005. – 336 с.
25. Щербакова А.М., Москаленко Н.В. Формирование социальной компетентности у учащихся старших классов СОУ VIII вида.
26. Щипицина Л.М. Развитие навыков общения лиц с нарушениями интеллекта. СПб, 2000