

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Зарубинская общеобразовательная школа-интернат психолого – педагогической
поддержки»

СОГЛАСОВАНО

Методическим объединением учителей

(протокол от «30» августа 2023 г. № 1)



Адаптированная рабочая программа
по предмету: «Обязательные индивидуальные и групповые
коррекционные занятия»
«Мой внутренний и внешний мир»
для 6 класса
количество часов - 34

Программу составила Некрасова С.В.

с. Зарубино

2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа «Мой внутренний и внешний мир» составлена на основе:

1. Закона «Об образовании в РФ» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) приказ от 19 декабря 2014 г. N 1599;
3. Учебного плана МБОУ «ЗОШИ» на 2023-2024 учебный год;
4. Коррекционно-развивающей программы Череповецкого центра психолого-медико-социального сопровождения / Науч. ред. О. А. Денисова, Н. В. Афанасьева. — Вологда: Издательский центр ВИРО, 2005. — 256 с.

В связи с тем, что количество обучающихся с отклонениями в развитии в последнее время возросло, возникла необходимость создания для таких обучающихся специальных, адаптированных для их психофизиологических особенностей коррекционных программ. Настоящая программа рассчитана на обучающихся с ОВЗ (умственной отсталостью), в том числе детей-инвалидов.

Для обучающихся с умственной отсталостью характерны: низкий уровень интеллектуальной активности (умственные операции недостаточно сформированы: в частности, дети с трудом обобщают и абстрагируют признаки предметов); некоторое недоразвитие сложных форм поведения (плохо развита произвольная регуляция поведения, вследствие чего детям трудно подчиняться требованиям учителя); речевая активность очень низкая, скуден запас знаний об окружающей действительности, спонтанная речь отличается бедностью словаря, отмечаются трудности понимания логико-грамматических конструкций; интерес к учебной деятельности не выражен, познавательная активность очень слабая и нестойкая; запоминание механическое. Эти обучающиеся характеризуются эмоциональной неустойчивостью, наличием импульсивных реакций, неадекватной самооценкой. Данные проблемы определили цель коррекционной работы с обучающимися данной категории.

Цель коррекционной работы: коррекция познавательной, эмоционально-волевой сферы младших подростков с легкой умственной отсталостью.

Задачи коррекционной работы:

- развитие и совершенствование коммуникативных навыков, внимания, памяти, мышления, пространственных представлений;
- формирование умственного плана действий и речевых функций;
- развитие произвольности психической деятельности;
- сплочение группы;
- создание благоприятного психологического климата;
- оснащение коммуникативными навыками и обучение способам выражения эмоций (тревога, агрессия, положительные эмоции и др.);
- расширение ролевого репертуара;
- формирование ценностного отношения к миру, к людям, к себе;
- мотивация подростков на обращение к своему внутреннему миру, на анализ собственных поступков;
- формирование позитивных установок.

Для реализации поставленных целей выбрана групповая форма работы. В ходе занятий использовались следующие методические средства:

1. Групповая дискуссия, т. е. обсуждение участниками определенных тем и позиций, рассмотрение их с разных точек зрения.
2. Анализ ситуаций, предлагаемых в игровой форме и моделирующих то, что происходит в жизни подростков.
3. Ролевая игра.
4. Использование упражнений –энергизаторов на снятие напряжения, усталости, создание доброжелательной атмосферы, поддержание интереса к занятию.

Занятия в форме игры с элементами тренинга и включенные методики, стимулируют развитие детей, как в сфере взаимоотношений, так и в познавательной деятельности. Игровая деятельность обучает ребенка управлять своим поведением и через взаимодействие с другими расширяет его ролевой репертуар. Общение в группе расширяет границы видения ребенком своих возможностей через отражение действий других и с другими. Создание ситуации успеха помогает более эффективно усвоению получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у наших детей 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.

Общая характеристика коррекционного курса

Система коррекционной работы разделена на 4 основных блока:

- 1. Развитие и коррекция познавательной сферы.**
- 2. Самопознание.**
- 3. Развитие и совершенствование коммуникативных навыков.**
- 4. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы.**

Содержание предложенных занятий дает возможность активизировать потенциал обучающихся, способствует формированию у детей умения работать самостоятельно и стимулирует их активность. Использование большого количества игровых заданий и организация соревновательной ситуации повышает заинтересованность обучающихся в достижении результатов своей деятельности и способствует повышению школьной и учебной мотивации. Коллективное обсуждение способствует формированию и развитию у детей навыков общения и совместной деятельности: умению выслушать точку зрения другого человека, планировать свои действия вместе с другими.

При планировании и проведении занятий с обучающимися были учтены следующие **принципы организации коррекционно-развивающего процесса:**

- *Усложнение предъявляемых заданий.*

Переход от совместного выполнения заданий с подробным инструктажем до самостоятельных работ (учащимся предлагается самостоятельно работать или придумать подобное задание).

- *Использование игровых методов и приемов работы, включающих соревновательный элемент.*

Для детей данной категории игровой мотив чаще всего является ведущим, а уровень учебной и школьной мотивации достаточно низок. Кроме того, их самооценка является

заниженной, либо, наоборот, неадекватно завышенной. Детям с низкой самооценкой игровой характер занятий позволит избавиться от страха перед возможными неудачами, а учащиеся с завышенной самооценкой групповые соревновательные задания и упражнения дадут возможность получить истинную оценку своих возможностей.

- *Чередование подвижных и малоподвижных заданий и упражнений, проведение физкультминутки. Чередование письменных и устных форм работы.*

Это условие является обязательным при работе с детьми, так как дает возможность оптимально распределить свою энергию, способствует снятию усталости и повышению работоспособности.

- *Использование упражнений на проверку внимания.*

Проводится с целью организации внимания и установления обратной связи с учащимися. Это могут быть вопросы типа: «Кто меня слышал - покажите большой палец», или использование контрольных карточек: «Внимание!!», «Тишина!!», на которых изображены различные символы, обозначающие данные требования; или употребление различных вспомогательных средств, привлекающих внимание, например, колокольчика, или появление какой-либо игрушки, после чего учащиеся должны замереть на месте; минуты молчания (дети «держат» себя в руках, замерев на месте).

При планировании была соблюдена общая для всех занятий структура построения занятия.

1. Введение в занятие.
2. Основное содержание занятия.
3. Заключительный этап занятия.

Каждое занятие традиционно начинается с процедуры приветствия. Задачей вводной части является создание у обучающихся определенного положительного эмоционального фона. Используются дыхательные упражнения, разминка, упражнения на активизацию умственной деятельности.

Следующее обязательное упражнение – «Новости» - включает в себя ряд очень важных моментов: дети имеют возможность, во-первых, обменяться информацией о событиях, происшедших с ними за последнее время; во-вторых, вспомнить содержание прошлого занятия и, в-третьих, оценить в баллах свое настроение.

Завершает вступительный этап подвижная коммуникативная игра, которая проводится с целью повышения энергетического ресурса группы, формирование эмоционально положительного настроения на продолжение занятия, а также способствует развитию коллективных форм взаимодействия, проявляющихся в доброжелательном отношении к одноклассникам, умении подчинять свои действия внешним требованиям. Коммуникативные игры, используемые в начале и в конце занятия, имеют некоторое специфическое отличие. Условно мы могли бы назвать их «Игра-энергизатор» (на начальном этапе) и «Игра-оптимизатор» (в заключительной части занятия), целью которых является развитие рефлексии, проявляющейся в осмыслении собственных действий и состояний, самопознании внутреннего мира, а также в формировании позитивного образа «Я». Каждый участник группы перед прощанием должен получить «поглаживание» либо со стороны одноклассников и психолога, либо самостоятельно заявив о своих достоинствах и успехах. «Игра-оптимизатор», как правило, малоподвижная. Основная ее задача - получение детьми позитивного опыта общения, создание положительного самовосприятия, независимо от реальных успехов ребенка в учебной деятельности и повышение настроения в конце занятия.

Основной этап занятия носит коррекционно-развивающий характер и нацелен на формирование и развитие основных функций, необходимых при усвоении учебного материала: произвольности, развитии концентрации внимания, тренировки памяти, развитии пространственных представлений, речи и мышления. Используется совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия.

Задания и упражнения на развитие речевой и мыслительной деятельности объединены не случайно. Логическое мышление речевое, в нем слово является и основой, и средством, и результатом этого процесса. Развитие логического мышления во многом зависит от уровня развития речи детей, а формирование мыслительных операций (анализа, синтеза, сравнения, обобщения) определяется степенью участия речи в процессе мыслительной деятельности. Задания и упражнения данного блока проводятся в устной форме, но требуют большого количества стимульного материала (карточки с картинками, словами, репродукции и т.д.) и очень часто сопровождаются процессом рисования. Поэтому в классе обязательно должны быть цветные карандаши, фломастеры и бумага.

Заключительный этап включает в себя подведение итогов, обсуждение результатов работы и тех трудностей, которые возникли у детей при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопросы, чем они занимались и чему научились на данном занятии.

В программу включены многофункциональные упражнения, которые могут оказывать различное воздействие:

- беседы, опросы, наблюдения;
- словесные игры;
- игровой тренинг (психоигры, предметные игры);
- система упражнений по развитию познавательных процессов;
- элементы арттерапии, сказкотерапии.

Требования к условиям комплектования групп

Занятия проводятся в группах по 10-12 человек, один раз в неделю, детям предоставляется возможность не только сидеть свободно, но и двигаться во время занятия.

Место коррекционного курса в учебном плане

Программа коррекционного курса «Мой внутренний и внешний мир» входит в часть формируемую участниками образовательных отношений, коррекционно – развивающую область учебного плана для обучающихся с легкой степенью умственной отсталости МБОУ «Зарубинская общеобразовательная школа – интернат психолого-педагогической поддержки».

Программа коррекционно-развивающих занятий рассчитана на 1 год обучения, 34 часа, 1 час в неделю. Продолжительность каждого занятия 40 минут.

Личностные и предметные результаты освоения программы

Личностные результаты:

- сформированность адекватных представлений о себе и собственных возможностях;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- сформированность навыков совместной деятельности;

- ориентация на понимание предложений и оценок учителей, товарищей и других людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

Предметные результаты:

- умение признавать собственные ошибки;
- умение сочувствовать другим, своим сверстникам, взрослым и живому миру;
- умение выплескивать гнев в приемлемой форме, а не физической агрессией;
- умение анализировать процесс и результаты познавательной деятельности;
- умение контролировать себя, находить ошибки в работе и самостоятельно их исправлять;
- владение навыками самостоятельной работы в парах, в группах;
- умение адекватно воспринимать окружающую действительность и самого себя;
- знание об опасности курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- умение отстаивать свое мнение;
- умение идентифицировать свое эмоциональное состояние.

Содержание программы «Мой внутренний и внешний мир»

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.

Самопознание:

- формирование способности к самопознанию;
- умение определять личностные качества свои и других людей;
- формирование адекватной самооценки;
- достоинства и недостатки;
- навыки осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями;

Развитие и совершенствование коммуникативных навыков:

- становление умения владеть средствами общения;
- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование коллективного обсуждения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;

- способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я».

Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы:

- чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, 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.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел программы. Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	Основные виды деятельности обучающихся
Обследование детей: комплектование групп для коррекционных занятий – 1 час				
БУД:				
<u>Личностные:</u> активно включаться в деятельность;				
<u>Коммуникативные:</u> слушать педагога, вступать в диалог;				
<u>Регулятивные:</u> осознанно действовать на основе разных видов инструкций;				
<u>Познавательные:</u> использовать усвоенные логические операции в соответствии с индивидуальными возможностями;				
1.	Диагностика	1	01.09.23	Выполнение диагностических тестов
Развитие и коррекция познавательной сферы – 9 часов				
БУД:				
<u>Личностные:</u> гордиться достижениями собственными и других;				
<u>Коммуникативные:</u> использовать доступные средства информации для решения познавательных задач;				
<u>Регулятивные:</u> осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;				
<u>Познавательные:</u> использовать усвоенные логические операции (классификацию, обобщение, установление пр				
2.	Увеличение объема внимания и	1	08.09.23	Работа с сюжетными картинками, с н

	наблюдательности			материалом (поле, расчерченное на «лабиринты», пуговицы)
3.	Увеличение уровня распределения внимания	1	15.09.23	Выполнение двух различных действий одновременно
4.	Усиление концентрации и устойчивости внимания	1	22.09.23	Удерживание и концентрация внимания по инструкции педагога анализ элементов картинки, нахождение отличий
5.	Тренировка переключения внимания	1	29.09.23	Работа в парах с красно-черной таблицей
6.	Развитие слуховой памяти	1	06.10.23	Запоминание рассказа и ответы на вопросы педагога по тексту
7.	Развитие зрительной памяти	1	13.10.23	Запоминание и воспроизведение содержания репродукции картины в жанре бытовой живописи
8.	Развитие мыслительных навыков: сравнение	1	20.10.23	Сравнение и различение предметов и явлений
9.	Развитие мыслительных навыков: обобщение	1	27.10.23	Выполнение упражнений на обобщение
10.	Причинно-следственные отношения	1	10.11.23	Нахождение понятий, которые находят себя в причинно-следственных отношениях

Самопознание. Что я знаю о себе – 6 часов

БУД:

Личностные: уважительно относиться к другим людям;

Коммуникативные: вступать в диалог и поддерживать его;

Регулятивные: обладать готовностью к осуществлению самоконтроля;

Познавательные: дифференцированно воспринимать окружающий мир

11.	Зачем нужно знать себя?	1	17.11.23	Определение своих положительных и отрицательных качеств
12.	Я глазами других	1	24.11.23	Анализ отношения других к себе
13.	Самооценка	1	01.12.23	Рассуждение о самооценности собственных действий. Умение адекватно себя оценивать и признавать свои ошибки
14.	Самоценность и неприятие себя	1	08.12.23	Выполнение упражнения «За что я могу себя любить?»
15.	Ярмарка достоинств	1	15.12.23	Нахождение в себе достоинства и признание своих недостатков
16.	Уверенное и неуверенное поведение	1	22.12.23	Работа в группе, выполнение упражнений на формирование уверенного поведения

Развитие коммуникативных навыков. Я и другие – 9 часов

БУД:

Личностные: гордиться успехами собственными и других;

Коммуникативные: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях;

Регулятивные: осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

Познавательные: использовать в жизни и деятельности полученные знания

17.	Общение в жизни человека	1	19.01.24	Изучение, что такое «общение» и для чего необходимо человеку
18.	Барьеры общения	1	26.01.24	Обсуждение, что такое барьеры общения, препятствующие позитивному общению
19.	Учимся слушать друг друга	1	02.02.24	Выполнение теста «Умеешь ли ты слушать?»
20.	Пойми меня	1	09.02.24	Выполнение упражнений на понимание

				друга без слов, определение по выражению лица, по позе, по глазам чувств другого
21.	Критика	1	16.02.24	Знакомство с понятием «критика»; отработка навыков правильного реагирования на критику
22.	Комплименты или лесть	1	23.02.24	Работа с рассказом А.П. Чехова «Симулянт»; выводы
23.	Вежливость	1	01.03.24	Определение понятия «вежливость», что значит быть вежливым по отношению к другим; просмотр презентации
24.	Зачем нужен этикет	1	08.03.24	Проигрывание «Дня рождения» с соблюдением правил этикета, обсуждение поведения
25.	Умение вести беседу	1	15.03.24	Изучение, что такое беседа, тренировка ведения беседы

Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы – 9 часов

БУД:

Личностные: адекватно эмоционально откликаться на действия окружающих;

Коммуникативные: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия;

Регулятивные: адекватно реагировать на внешний контроль, корректировать свою деятельность;

Познавательные: дифференцированно воспринимать окружающий мир

26.	Чувства, сложности идентификации чувств	1	22.03.24	Работа с пиктограммами с изображением различных эмоций, узнавание внешних эмоциональных проявлений
27.	Выражение чувств	1	05.04.24	Выполнение упражнений на выражение чувств приемлемым способом
28.	Формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния	1	12.04.24	Тренировка в идентификации собственных эмоциональных состояний
29.	Понятие «зависимости», «соблазн», «вредные привычки», противостояние внешнему воздействию ровесников	1	19.04.24	Знакомство с понятиями «зависимости», «соблазн», «вредные привычки». Рассуждения о том, как можно противостоять соблазну
30.	Ответственность и доверие	1	26.04.24	Выполнение упражнения на отработку умения делать правильный выбор и отвечать за свои поступки
31.	Понятие группового давления и принятие собственного решения	1	03.05.24	Отработка навыка принятия собственного решения, бесконфликтно, но твердо противостоять давлению группы
32.	Понятие насилия и права защищать свои границы	1	10.05.24	Отработка навыка защиты своих прав, противостояния насилию
33.	Формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения	1	17.05.24	Отработка навыка отстаивания своей точки зрения и убеждения других
34.	Понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций	1	24.05.24	Выполнение теста «Конфликтный ли ты человек?». Выработка умения предотвращать конфликт

Учебно-методическая литература

1. Акимова М.К., Козлова В.Т. Упражнения по развитию мыслительных навыков школьников. Пособие для учителей, школьных психологов и родителей. – Обнинск.: Принтер, 1993. – 20с.
2. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников – М., 2007.
3. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. – СнП., 2003 .
4. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. – М. , 2003.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – М., 1995.
6. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М., 1997.
7. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 .
8. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей сирот: социально-эмоциональные проблемы./ Под ред. Л.М. Шипициной, Е.И. Казаковой. СПб., 2000.
9. Лещинская Е.А. Тренинги общения для учащихся 4 – 6 классов. Киев., 1994.
10. Насонкина С.А. Уроки этикета. СПб., 1997.
11. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2004 .
12. Прикуль Л.В. Психологический практикум и тренинг. Профилактика насилия в семье и школе – Волгоград, 2009.
13. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
14. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.

Контрольно-измерительные материалы

1. Методика Басса-Дарки в модификации Резапкиной «Уровень агрессивности».
2. Методика Дембо-Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан «Диагностика самооценки».
3. Методика А.И. Высоцкого «Оценка волевых качеств»