

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ОРЛОВСКАЯ ОБЛАСТЬ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ОРЛА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение -
средняя общеобразовательная школа №25 г. Орла

302026 г. Орел, ул. Энгельса, 90
тел.8 (4862)74-08-07

E-mail: school25orel@mail.ru

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей гуманитарного цикла



Баркова О.В.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР



Тимохина Л.А.

(протокол № 1 от 29.08.2025

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора



Тимохина Л.А.

Приказ № 218 от 29.08.2025



Рабочая программа
коррекционно-развивающего курса
внеурочной деятельности
«Психокоррекционные занятия для детей с умственной отсталостью»
Вариант 1

Содержание

1.Пояснительная записка.....	3
2.Общая характеристика программы.....	3
3.Описание ценностных ориентиров.....	4
4. Содержание программы.....	4
5.Методическое обеспечение программы.....	5

I. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа коррекционно-развивающего курса внеурочной деятельности «Психокоррекционные занятия для детей с умственной отсталостью» разработана в соответствии с требованиями:

1. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утв. приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1598);
2. Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) образовательной организации;
3. Примерной программы воспитания и социализации обучающихся с ОВЗ;
4. Психолого-педагогической характеристики обучающихся с УО (вариант 1).

Цель программы — создание условий для психического и личностного развития обучающихся с УО, коррекция эмоционально-волевой и когнитивной сфер, формирование адаптационных возможностей и готовности к успешной социализации в школьной и социальной среде.

Задачи программы:

1. Развитие базовых познавательных процессов (устойчивого внимания, наглядно-образной памяти, наглядно-действенного и простейшего логического мышления);
2. Формирование навыков эмоциональной саморегуляции и поведенческого контроля;
3. Развитие коммуникативных навыков в микрогруппе и навыков социально одобряемого поведения;
4. Профилактика школьной дезадаптации и снижение уровня тревожности;
5. Формирование адекватной самооценки на основе успешного выполнения доступных заданий;
6. Поддержка учебной мотивации через игровые и практические формы работы;
7. Развитие навыков самообслуживания и элементарной социальной ориентировки.

Программа рассчитана на обучающихся 7 классов с диагнозом «Умственная отсталость (интеллектуальные нарушения)» (вариант 1) и реализуется в рамках внеурочной деятельности.

II. Общая характеристика курса «Психокоррекционные занятия (психологические)»

В соответствии с учебным планом АООП ООО обучающихся с УО на изучение курса «Психокоррекционные занятия (психологические)» отводится **2 часа в неделю**.

Показания для занятий: рекомендации ПМПК для обучающихся с ОВЗ с УО (вариант 1).

Категория обучающихся: учащиеся с умственной отсталостью (вариант 1).

Формы организации: групповые (4–8 человек) и индивидуальные занятия. Занятия проводятся во второй половине дня в кабинете педагога-психолога. Продолжительность одного занятия — **20–25 минут** с обязательными двигательными паузами.

Время и количество занятий могут корректироваться в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающихся. При возникновении трудностей

освоения материала структура программы может оперативно дополняться направлениями, соответствующими текущим потребностям детей.

Класс	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов за учебный год
8	2	34	68

Планируемые результаты:

Предметные:

- Повышение устойчивости внимания до 10–12 минут при выполнении структурированных заданий;
- Улучшение навыков саморегуляции в стрессовых для ребёнка ситуациях;
- Расширение словарного запаса для обозначения эмоций и потребностей.

Метапредметные:

- Формирование элементарных универсальных учебных действий (следование инструкции, завершение начатого действия);
- Развитие навыков взаимодействия в паре/малой группе;
- Освоение 2–3 приёмов саморегуляции (дыхательные упражнения, сенсорные паузы).

III. Описание ценностных ориентиров

Программа направлена на формирование следующих универсальных учебных действий:

Личностные УУД:

- Распознавание базовых эмоций (радость, грусть, страх, злость) у себя и других;
- Формирование позитивного отношения к себе через успех в доступной деятельности;
- Развитие элементарных нравственных представлений (доброта, помощь, уважение).

Регулятивные УУД:

- Следование пошаговой инструкции педагога;
- Завершение начатого действия при внешней поддержке;
- Использование простых приёмов успокоения по просьбе взрослого.

Познавательные УУД:

- Развитие наглядно-действенного мышления через предметные операции;
- Формирование умения выделять 1–2 признака предмета (цвет, форма, размер);
- Развитие слухоречевой и зрительной памяти на материале 3–4 элементов.

Коммуникативные УУД:

- Использование вербальных и невербальных средств для выражения потребностей;
- Соблюдение очередности в общении (дождаться своей очереди);
- Выполнение простых ролей в совместной деятельности.

IV. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

8 класс

п/п	№	Наименование разделов	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения» (22 ч.)				
1.		Развитие регуляции познавательных процессов.	15 ч.	https://psy.1sept.ru https://adalin.mospsy.ru
2.		Развитие саморегуляции поведения,	7 ч.	https://e.psihologsh.ru https://adalin.mospsy.ru

	эмоциональных и функциональных состояний		
Модуль «Формирование личностного самоопределения» (20 ч.)			
3	Развитие личностного самоопределения	10 ч.	https://e.psihologsh.ru http://metodkabi.net.ru
4	Развитие профессионального самоопределения	10 ч.	https://e.psihologsh.ru http://metodkabi.net.ru
Модуль «Развитие коммуникативной деятельности» (26 ч.)			
5	Развитие коммуникативных навыков	13 ч.	https://psy.1sept.ru https://adalin.mospsy.ru
6	Развитие навыков сотрудничества	13 ч.	https://e.psihologsh.ru https://adalin.mospsy.ru

V. Методическое обеспечение программы

Название раздела программы	Основные формы работы	Основные методы работы	Оборудование
Эмоционально-личностное развитие	Психогимнастика, арт-терапия, ролевые игры, рефлексия	Проективные методы, дискуссии, метафорические карты	Карты настроений, цветные карандаши, пластилин, музыкальное сопровождение
Развитие когнитивных функций	Тренинги, упражнения, головоломки, игры	Диагностические методики, игровые технологии, ИКТ	Карточки с заданиями, ноутбук, интерактивная доска, тренажёры внимания
Социально-коммуникативная сфера	Групповые дискуссии, социодрама, упражнения на сотрудничество	Моделирование ситуаций, анализ кейсов, кооперативное обучение	Сценарии ситуаций, реквизиты для инсценировок, видеофрагменты
Развитие саморегуляции	Релаксационные практики, дыхательные упражнения, медитации	Психодрама, биоуправление, техники визуализации	Аудиозаписи с релаксационной музыкой, аромалампы (при возможности)