

Одобрено педагогическим советом
МБОУ СОШ №30 г. Пензы
«28» августа 2025 г., протокол № 13

УТВЕРЖДЕНО
приказом №203-од от 28.08.2025г.
Директор МБОУ СОШ № 30 г. Пензы
_____ А.А. Долов

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №30 г. Пензы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Психокоррекционные занятия

10 класс
(ФГОС УО (ИН), 1 вариант)

1. Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Психокоррекционные занятия» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) (далее – ФГОС УО (ИН)), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее - ФАООП УО), ориентирована на целевые приоритеты, построенные в федеральной рабочей программе воспитания.

Цель психокоррекционных занятий заключается в применении разных форм взаимодействия с обучающимися, направленными на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений обучающихся; формирование навыков адекватного поведения.

Основные направления работы (с учетом особых образовательных потребностей обучающихся):

- диагностика и развитие познавательной сферы (формирование учебной мотивации, активизация сенсорно-перцептивной, мнемической и мыслительной деятельности);

- диагностика и развитие эмоционально-личностной сферы (гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему "Я", повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля);

- диагностика и развитие коммуникативной сферы и социальная интеграции (развитие способности к эмпатии, сопереживанию);

- формирование продуктивных видов взаимодействия с окружающими, повышение социального статуса обучающегося в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения, расширение кругозора обучающихся в процессе ознакомления с различными сторонами повседневной жизни.

При составлении программы учитывались следующие позиции:

1. Соотношение факторов (органический дефект, социальные факторы, индивидуальные психологические особенности обучающихся с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью)).

2. Соотношение деятельности педагога-психолога и других педагогических работников образовательной организации.

3. Содержательная наполненность психолого-педагогического воздействия определена ведущим видом деятельности (общение).

4. Взрослый выступает для ребенка образцом деятельности и отношений с окружающим миром (поведение, манера общения и т.д.).

2. Общая характеристика коррекционного курса

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, приносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу. 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, ригидностью нервных процессов). Относительно сохранной у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывается чувственная ступень познания — ощущение и восприятие.

Коррекционные занятия проводятся с опорой на сохранные компоненты и строятся таким образом, чтобы учащиеся могли в полной мере использовать свой потенциал.

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются также в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями распределения, замедленностью переключения.

В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей.

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.

Особенности восприятия 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 осознают и запоминают 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.

Как следствие, у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживаются значительные трудности в развитии мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у данной 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 корректировать 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.

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 учащихся с нарушением интеллекта (легкой умственной отсталостью) 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.

Практика обучения таких детей показывает, что под воздействием коррекционно-воспитательной работы упомянутые недостатки существенно сглаживаются и исправляются.

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.

3. Описание места коррекционного курса в учебном плане

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия» входит в коррекционно-развивающую область адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1 в части, формируемой участниками образовательных отношений. Количество занятий в неделю - 4, количество занятий в год – 136, исходя из 34 учебных недель в 10 классе.

Продолжительность занятия не превышает 25 минут.

Программа осуществляет взаимодействие с предметной областью «Человек и общество» - учебный предмет «Основы социальной жизни».

4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Прохождение курса позволяет формировать компоненты **базовых учебных действий (БУД)**:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

- осознание себя как гражданина Российской Федерации, имеющего определенные права и обязанности, соотнесение собственных поступков и поступков других людей с принятыми и усвоенными этическими нормами;

- определение нравственного аспекта в собственном поведении и поведении других людей, ориентировка в социальных ролях;
- осознанное отношение к выбору профессии.

Коммуникативные учебные действия включают:

- признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;
- участвовать в коллективном обсуждении проблем, излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование, отрицание) в коммуникативных ситуациях с учетом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый-незнакомый);
- использовать некоторые доступные информационные средства и способы решения коммуникативных задач;
- выявлять проблемы межличностного взаимодействия и осуществлять поиск возможных и доступных способов разрешения конфликта, с определенной степенью полноты и точности выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владеть диалогической и основами монологической форм речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

Регулятивные учебные действия представлены умениями:

- постановка задач в различных видах доступной деятельности (учебной, трудовой, бытовой);
- определение достаточного круга действий и их последовательности для достижения поставленных задач;
- осознание необходимости внесения дополнений и коррективов в план и способ действия в случае расхождения полученного результата с эталоном;
- осуществление самооценки и самоконтроля в деятельности; адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих.

Познавательные учебные действия представлены умениями:

- применять начальные сведения о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета и для решения познавательных и практических задач;
- извлекать под руководством педагогического работника необходимую информацию из различных источников для решения различных видов задач;
- использовать усвоенные способы решения учебных и практических задач в зависимости от конкретных условий;
- использовать готовые алгоритмы деятельности;
- устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости.

Средствами формирования БУД служат следующие методы:

- ☐ занятия с элементами тренинга;
- ☐ игры, упражнения;
- ☐ релаксационные техники;
- ☐ организация практических действий;
- ☐ разрешение проблемных ситуаций;
- ☐ разыгрывание ситуаций.

Формы организации детей на занятии могут быть разными: сидя полукругом на стульях или на ковре, находясь за партами или расположившись в разных концах кабинета, а также занятия в сенсорной комнате.

Оценка результатов:

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов. При этом, некоторые личностные результаты могут быть оценены исключительно качественно.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием предметных областей и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

5. Содержание коррекционного курса в 10 классе

Курс состоит из 4 разделов:

Диагностика: которая включает

- диагностику познавательной сферы;
- диагностику эмоционально-личностной сферы;
- диагностику коммуникативной сферы

Диагностические пробы (выявление уровня саморегуляции, фигуры по Стрельниковой, 10 слов, мотивы учебной деятельности, методика «Дорисуй», графические диктанты) проводятся внутри тем курса, что позволяет осуществлять мониторинг без дополнительных временных затрат (соблюдение норм СанПин по занятости детей).

Тематика коррекционных занятий для детей с умственной отсталостью включает 4 основных раздела, соответствующих основным направлениям коррекционной работы:

1. Развитие и коррекция **познавательной сферы**: - развитие внимания, памяти, мышления; - формирование учебной мотивации; - активизация сенсорно-перцептивной, мнемической и мыслительной деятельности; - приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков; - становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения; - расширение словарного запаса.

2. Развитие и коррекция **эмоционально-личностной 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; - способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я»; - гармонизация психоэмоционального состояния; - развитие самостоятельности; - формирование навыков самоконтроля; - коррекция агрессивности обучающихся. В этом разделе акцент сделан на "Профессиональное самоопределение» и на развитие и коррекция навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой».

3. Развитие и коррекция **социальных и коммуникативных умений**: коммуникативные навыки - становление умения владеть средствами общения; - формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам; - формирование коллективного обсуждения заданий; - развитие способности к эмпатии, сопереживанию; социальные навыки в разрезе отношений «Я и другие» - повышение социального статуса ребенка в коллективе; - формирование адекватной самооценки; - установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику; - повышение уверенности в себе; - формирование и развитие навыков социального поведения.

4. Развитие **профессионального самоопределения и развитие навыков сотрудничества**:

Краткая характеристика основных направлений профессиональной деятельности, определение соответствующих им профессий. Профессиональная направленность личности, определение собственной профессиональной направленности. Выделение собственных

интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Карьера как профессиональный путь в жизни человека. Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности. Соотнесение своих способностей и возможностей с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности, построение плана саморазвития на этой основе.

Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата. Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях.

Структура занятий включает в себя введение в занятие, основную часть, обсуждение занятия и релаксационные упражнения. Каждое занятие традиционно начинается с процедуры приветствия. Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона. Используются дыхательные упражнения, разминка, упражнения на активизацию умственной деятельности.

Далее происходит обсуждение результатов домашнего задания и припоминание содержания прошлого занятия, а также оценка своего настроения. 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.

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

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.

Завершает занятие игра, как правило, малоподвижная. Ее целью является развитие рефлексии, проявляющейся в осмыслении собственных действий и состояний, самопознании внутреннего мира, а также в формировании позитивного образа «Я». На групповом занятии каждый участник группы перед прощанием должен получить «поглаживание» либо со стороны одноклассников и психолога, либо самостоятельно заявив о своих достоинствах и успехах. 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. Упражнения для разминки и релаксации могут варьироваться в зависимости от психоэмоционального состояния обучающихся и группы в целом.

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 арт-терапии, сказкотерапии.

Особое внимание уделяется выстраиванию уважительных взаимоотношений со специалистом; помощи обучающимся в самоорганизации, в опоре на сохраненные функции, умению максимально пользоваться собственными ресурсами, развитию максимальной самостоятельности, развитию коммуникации (доступным ребенку способом).

6. Тематическое планирование занятий с определением основных видов деятельности обучающихся 10 класса

№	Разделы и темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Входная диагностика познавательной, эмоционально-личностной, коммуникативной сфер	3	<p>Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Методика: «Рисунок человека» (Когнитивные проблемы, эмоциональные особенности, сфера общения, сфера социальных отношений, сексуальная сфера, признаки возможных психических патологий), • Дифференциально-диагностический опросник Климова, • Лесенка Дембо – Рубинштейн. • Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен. • Рисунок «Дом. Дерево. Человек».
«Коррекция и развитие социальных и коммуникативных умений» (12 часов)			
2	Я в мире эмоций	6	<ul style="list-style-type: none"> • Просмотр фильмов с обсуждением «Головоломка 2 • Дыхательные упражнения. • Как справиться со злостью? • Как простить обиду? • Ах, чем я виноват? • А что они обо мне подумают? • Почему кто-то так поступил? • Самоприказы, самовнушения
3	Структура общения и его виды	6	<ul style="list-style-type: none"> • Мини лекция «Понятие «общение» значение и структура общения. • Упражнения: «Знакомство иностранцев» «интервью в парах», «Поиск общего». Заполнение таблицы «общение его виды и структура», упражнение «пожелание» • Мини лекция «Восприятие людьми друг друга. Особенности восприятия. Ошибки восприятия.» Заполнение таблицы «Окно иогари» • Упражнения, направленные на тренировку правильности восприятия собеседника

			«Ассоциации» «Любопытный». «Подарок»
«Развитие навыков сотрудничества» (9 часов)			
4	Освоение приёмов активного общения "Я и другие"	3	<ul style="list-style-type: none"> ●Осознание самого себя через игру «Что такое Я» - формирование целостного образа я. Определение своего внутреннего мира через игру «Свет мой зеркальце, скажи!» Как мы выглядим в глазах других людей. Нравится нам этот образ? Что хотели бы в нем изменить. Используем методику «Мой автопортрет» (можно в коллажной технике). ●Формируем умение определить личностные черты других людей. Упражнение на передачу внутренних черт характера через выразительные позы («Часовой», «Так будет справедливо», «Ябеда», «Кривляка», «Честность», «Доброта»). Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений распознавать эмоциональное состояние по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»). Упражнения на распознавание выразительности жеста.
7	Отстаивание своей точки зрения и аргументации "Моё мнение"	3	<p>Развитие умений высказывать свое мнение. Упражнение «Корреспондент», «Зеркало» «Переманивание» Развитие умения аргументировать свою точку зрения. Упражнение «Защита» Упражнение «Неоконченные предложения». Игра «Таможня». Развитие навыков общения, умения убеждать. Мини лекция «умение вести разговор - талант» упражнения «Общение – это...» «Гость» (карточная игра), «Я хочу, я могу, я буду», тест «Общительный ли ты человек».</p>
8	Конфликты в общении и пути их разрешения.	3	<p>Развитие навыков разрешения конфликтов и саморегуляции Мини лекция «Конфликт и его динамика». Работа с таблицей «Стратегии выхода из конфликтной ситуации». Упражнения «Доброе слово», «Мешочек гнева», «Шарик». Формирование навыка конструктивного разрешения конфликта. Мини лекция «Какими бывают конфликты и как их разрешить». Работа с таблицей «Ступени разрешения конфликта» упражнения «Два барашка» «Встань на мое место», «Здравствуй друг». Разыгрывание этюдов «Ссора друзей», «Разговор с родителями».</p>
Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы "Профессиональное			

самоопределение» (37 часа)			
10	Профессиональные перспективы	10	Беседа: «Какие профессии ты знаешь?», Упражнения «Интервью» «Я буду как....», «Оценка профессии» «Угадай профессию по описанию». Работа с загадками о профессиях, работа с дидактическим материалом «Профессии», детское лото «Профессии» Выполняются задания, направленные на обобщение полученных знаний, развитие представлений о будущем
13	Ошибки в выборе профессий	9	Мини лекция «Ошибки в выборе профессий». Работа с «Картой ошибок при выборе профессий», техника «Плюс, минус. Интересно. Упражнение «Ассоциации», «Я знаю», «Выбери меня», Д/И «Угадай профессию по картинке.
14	Мои профессиональные интересы и склонности. Учет медицинских противопоказаний при выборе профессии.	8	Развитие профессиональной зрелости и интереса к самопознанию. Мини лекция «Личностные особенности выбор профессии» Анкета «Готовность к выбору профессии» Упражнения «Мой характер» «Я -Это я», игра «Шестое чувство». Актуализация знаний о профессиональном самоопределении повышение интереса к самопознанию. Техника «Мои способности» «Самоописание». Развитие адекватной самооценки и интереса к самопознанию. Мини лекция «Медицинские противопоказания при выборе профессии». Техника «Оценка видов деятельности» «Мои возможности», упражнения «Снежный ком» «Попугай» «Путаница».
16	Портрет подходящей профессии	10	Формирование и развитие навыков самопознания. Мини лекция «Роль жизненных ценностей при выборе профессии». Работа с таблицей «Мои жизненные ценности», Игра «Отдел кадров» проективный рисунок «Я через 10 лет». Обобщение знаний о профессиональном самоопределении. Упражнения «Незаконченные предложения», Составление карты Самоописание. «Я сейчас, я в будущем» Проектный рисунок «каким я себя представляю в своей профессии»
Развитие и коррекция познавательной сферы (38 часов)			
17	Память	9	Что такое память? Проверим свою память. Чем память помогает человеку? Способы запоминания. Кратковременная и

			<p>долговременная память. Как люди припоминают и что забывают? Логическая память. Зрительная память. Слуховая память. Обонятельная и вкусовая память. Приёмы по улучшению памяти.</p> <p>Упражнение: «Запоминаем, рисуя», «Повтори и добавь свое» (слова - продукты/мебель/одежда.</p> <p>Дидактическая игра «Разложи, как было» (до 10 картинок). Работа с дидактическим материалом «Разложи картинки как было», Дидактическая игра «Нарисуй по памяти картинку»</p>
18	Графические навыки	9	<p>Дидактическая игра «Муха».</p> <p>Дидактическая игра «Расставь точки» (3 точки). Выполнение упражнения «Графический диктант»- расставить точки по названным направлениям, затем их соединить. Работа с дидактическим материалом- выполнить графический диктант или выполни задание по образцу.</p> <p>Игра «Кто к кому ходил в гости» учащимся предлагается выбрать животное, которое должно пройти определенный маршрут и прийти в гости к другому животному, маршрут проговаривается учащимся (утка пошла в перед, повернула на лево, поднялась в верх и пр).</p>
19	Мышление	10	<p>Дидактическая игра «Четвертый лишний» (вербально, контрастные группы) Работа с дидактическим материалом, выстраивание логической цепочки из взаимосвязанных предметов: школа- портфель-учебники- знания- учитель и пр</p> <p>Дидактическая игра «Четвертый лишний» (вербально, смежные группы) Работа с дидактическим материалом, выстраивание логической цепочки. Игра «Лото».</p> <p>Разрезные картинки (до 10 элементов, прямые и диагональные линии разреза)</p> <p>Работа с дидактическим материалом (штриховка, обведение по точкам, выполни по образцу и пр.). Упражнения «Последовательность событий». Работа с дидактическим материалом) расставить картинки по логической последовательности (последующее усложнение сюжетных картинок).</p> <p>Дидактическая игра «Кодирование» (4 фигуры) - Выполнить упражнения- Составь</p>

			<p>слова из предложенных букв, разбросанные буквы, путаница.</p> <p>Решение логических задач.</p> <p>Решение задач на смекалку.</p> <p>Практическое занятие «Вопрос – ответ».</p> <p>Разгадывание и придумывание ребусов.</p>
20	Воображение	5	<p>Мини-лекция «Что такое воображение? Нужно ли на уроке воображение?</p> <p>Упражнения: «Закончи сказку», «Абстрактный котёнок», «Разгаданная загадка», «Лестница перемен». Придумай сказку.</p> <p>Игра: «Волшебное колечко», «Профессии».</p> <p>Беседа: профессии о которых я знаю.</p> <p>Арт-профориентация (генограмма, символы, послания)</p> <p>Приёмы по развитию воображения (творческое и воссоздающее).</p> <p>Диагностическое: методика «Дорисуй».</p> <p>Составление логических цепочек-рассказов (МАК).</p> <p>Арт техника «Мое будущее»</p>
21	Внимание	5	<p>Что значит сосредоточиться? Зачем человеку внимание? Непроизвольное внимание. Ситуации, в которых внимание нужно удерживать. Сколько предметов можно охватить вниманием? Тренируем устойчивое внимание. Можно ли выполнять два дела одновременно?</p> <p>Беседы: сколько предметов можно охватить вниманием, можно ли выполнять два дела одновременно, ситуации, в которых внимание нужно удерживать</p> <p>Упражнение: «Опыт с часами и книгой».</p> <p>Игры: «Путаница», «Что изменилось?», «Порхающее и липкое», «Бум-бам» (+ звуковые варианты), «Запрещенное движение».</p> <p>Дидактическая игра «Самый наблюдательный».</p>
Развитие и коррекция навыков саморегуляции «Я учусь владеть собой» (34 часов)			
22	Трудно ли управлять своим настроением?	8	<p>Мини-лекция. Важно ли уметь владеть собой? Мы управляем эмоциями или они управляют нами? Человек и эмоции. Ситуации эмоционального напряжения</p> <p>Диаграмма чувств, беседа.</p> <p>Упражнение: «Учимся понимать друг друга».</p>

			<p>Тренинг по снятию эмоционального напряжения.</p> <p>Тренинг по обучению дыхательным упражнениям.</p> <p>Посещение сенсорной комнаты.</p>
23	Что такое стресс.	10	<p>Мозговой штурм «Что такое стресс?»</p> <p>Работа с картой «Стрессовые ситуации», упражнение «4 облака», «Маятник».</p> <p>Проективный рисунок «Я борюсь со стрессом». Упражнение «Мне нужна помощь», «Стеклянный колпак», «Маятник», «Глубокое дыхание».</p>
24	Отработка навыков саморегуляции и самоконтроля кинезиологическими методами.	6	<p>Развитие навыка самоконтроля и релаксации. Мини лекция «Что такое кинезиология. Как она поможет в овладении навыков самоконтроля и саморегуляции». Упражнения «Дерево», «Луч солнца», «Водопад» «Оружие коты».</p> <p>Развитие навыка самоконтроля и релаксации. Навыки аутотренинга «Храм тишины» «Мешочек гнева» Упражнение «Энергетическая зевота» «Стакан воды» «Кнопки мозга», «Крюки Денисона»</p>
25	Отработка навыков неконфликтного поведения.	10	<p>Развитие навыка бесконфликтного общения. Мини лекция «Что такое конфликт. Какие бывают конфликты. Отработка навыков неконфликтного поведения упражнения «Восковая палочка», «Коллективная сказка» «Рисуем молча».</p> <p>Упражнение на развитие мимических движений. Игра на тренировку умений распознавать эмоциональное состояние других людей по мимике с помощью разрезных эмоциональных профилей «Угадай и собери»). Упражнение, направленные на отработку навыков неконфликтного поведения. «Доброе слово» «Я тебя понимаю» Как укреплять свою коммуникабельность (выработка правил.)</p>
Итоговая диагностика познавательной, эмоционально-личностной, коммуникативной сфер. (3 часа).			
27	Итоговая диагностика познавательной сферы и эмоционального восприятия	3	<p>Выполнение тестовых заданий по определению уровня развития когнитивной сферы, определению социально-личностного и эмоционального развития в начале обучения.</p> <p>• Методика: «Рисунок человека» (Когнитивные проблемы, эмоциональные особенности, сфера общения, сфера</p>

			социальных отношений, сексуальная сфера, признаки возможных психических патологий), • Дифференциально-диагностический опросник Климова, • Лесенка Дембо – Рубинштейн. • Тест тревожности Р. Тэмбла. М. Дорки, В. Амен. • Рисунок «Дом. Дерево. Человек».
Итого 136 часов.			

7. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

1. Игра «Дэни».
2. Игры «Мемо», «Телепат», «Однажды в сказке»,
3. Карточки ситуаций. «Я знаю», «Копилка возможностей».
4. МАК «Диксит», «Морено», карты состояний.
5. Оборудование сенсорной комнаты.
6. Расходные материалы: бумага А4, простые и цветные карандаши, подготовленные диагностические бланки.
7. Схемы/пиктограммы эмоций. Диаграммы эмоций.