

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Слобода-Бешкильская средняя общеобразовательная школа**

СОГЛАСОВАНО
Эксперт, зам.директора по
УВР

_____ Васильева С.Н.
«31» августа 2023 г.

**Адаптированная рабочая программа для обучающихся с ЗПР
Психологическая коррекция
4 класс на 2023-2024 учебный год.**

Абышева Татьяна Олеговна
педагог-психолог
МАОУ Слобода-Бешкильской СОШ

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Коррекционный курс "Психокоррекционные занятия (психологические)" направлен на развитие личности обучающегося с ЗПР подросткового возраста, его коммуникативных и социальных компетенций, гармонизацию его взаимоотношений с социумом.

Цель коррекционного курса "Психокоррекционные занятия (психологические)" - развитие и коррекция познавательной, личностной, эмоциональной, коммуникативной, регуляторной сфер обучающегося, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

Задачи курса:

- формирование учебной мотивации, стимуляция развития познавательных процессов;
- коррекция недостатков осознанной саморегуляции познавательной деятельности, эмоций и поведения, формирование навыков самоконтроля;
- гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему "Я", повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки;
- развитие личностного и профессионального самоопределения, формирование целостного "образа Я";
- развитие различных коммуникативных умений, приемов конструктивного общения и навыков сотрудничества;
- стимулирование интереса к себе и социальному окружению;
- развитие продуктивных видов взаимоотношений с окружающими сверстниками и взрослыми;
- предупреждение школьной и социальной дезадаптации;
- становление и расширение сферы жизненной компетенции.

Курс «Психокоррекционные занятия» являются обязательной составной частью коррекционно-развивающей области комплексного сопровождения обучающихся с ЗПР, реализуется во внеурочное время.

Согласно учебному плану АООП НОО (вариант 7.2) на реализацию курса

«Психокоррекционные занятия» выделяется:

в 4 классе - 34 ч (1 ч в неделю, 34 учебные недели).

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»

Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач. Ориентировка в задании и способы определения цели. Оценка условий, необходимых для выполнения задания с помощью взрослого. Отработка навыка следования словесной инструкции (устной и письменной).

Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. Отработка выполнения программы. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка результатов работы группы, результативности участия в групповой работе своего и других участников группы. Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий.

Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. Различение мимики, жестов, позы, интонации, физических проявлений, соответствующих различным эмоциональным состояниям (в том числе сложным и противоречивым).

Анализ и словесное обозначение своего эмоционального состояния. Основные техники и приемы регуляции эмоций. Контроль эмоциональных состояний. Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, отработка способов регуляции своего поведения. Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных учебных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы, ситуация экзамена). Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации.

Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»

Социальные роли в обществе, вариативность моделей поведения в соответствии с социальными ролями, правилами и нормами поведения. Отработка навыков самопрезентации. Отработка навыков самооценивания в моделируемых ситуациях (учебные и коммуникативные ситуации).

Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. Характеристика задатков и склонностей человека. Знакомство с понятием «уровень притязаний», связь уровня притязаний и реальных возможностей. Способность противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. Экономическая и правовая компетентность. Представление об ответственном поведении, выборе способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения. Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. Понятие жизненного плана и его временных перспектив. Планирование путей и средств достижения жизненных планов.

Современный мир профессий и рынок труда. Знакомство с основными направлениями профессиональной деятельности. Значение склонностей и

познавательных способностей при определении направления профессиональной деятельности. Профессиональная направленность личности. Профессиональные склонности и профессиональный потенциал. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Карьера как профессиональный и социальный путь в жизни человека. Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности, ограничения при выборе профессии. Представления о перспективах профессионального образования и будущей профессиональной деятельности. Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии.

Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»

Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. Конструктивное общение в различных моделируемых социальных ситуациях. Использование позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения. Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения. Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению.

Знакомство с навыками активного слушания. Способы передачи информации между собеседниками. Ведение диалога, поддержание беседы на заданную тему. Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. Представление собственной позиции социально приемлемыми способами. Отработка навыков ведения дискуссии в паре и группе.

Учебное сотрудничество в совместной деятельности со сверстниками. Правила совместной работы в группе. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях. 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.

Конфликт: причины, виды, структура. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результатом курса «Психологические коррекционные занятия» в 4 классе является повышение степени социопсихологической адаптированности ребенка с ЗПР и достижение необходимого уровня адаптированности к школе.

В ходе реализации курса «Психокоррекционные занятия» достигаются личностные и метапредметные результаты образования, происходит совершенствование сферы жизненной компетенции.

Личностные результаты освоения курса:

Усвоение гуманистических, демократических ценностей человечества. Формирование ответственного отношения к учению.

Формирование готовности к саморазвитию и самообразованию.

Формирование осознанной мотивации к познанию.

Формирование уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку.

Формирование правильного отношения к собственным ошибкам, к успеху, неудачам.

Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группе, включая взрослые сообщества.

Формирование ценности здорового образа жизни.

Метапредметные результаты освоения:

Умение работать в паре и в группе.

Умение продуктивно разрешать конфликты.

Умение отстаивать свою точку зрения.

Умение корректно задавать вопросы и возражать, в случае несогласия.

Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия проявляется:

– в расширении знаний правил коммуникации;

– в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;

– в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);

– в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;

– в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие;

– в умении получать и уточнять информацию от собеседника;

– в освоении культурных форм выражения своих чувств.

- Умение логически рассуждать, пользуясь приёмами анализа, сравнения, обобщения, классификации, систематизации. Выделять существенные признаки и закономерности предметов. Совершенствовать уровень пространственной ориентировки, зрительно-моторной координации, уровень внимания и ассоциативной памяти.
- Умение определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью педагога.
- Умение организовать свою деятельность. Умение концентрировать, переключать своё внимание. Овладеть навыками самоконтроля в процессе поиска и исправления своих ошибок. Развивать адекватную самооценку. Уметь обосновать правильность ответа с помощью устного речевого высказывания. Умение оценить результативность выполнения предлагаемых заданий.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Цифровые образовательные ресурсы	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Психологическая диагностика (входящая) Измерение школьной тревожности.		1		
2	Формирование умения передавать свои впечатления, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком.		1		
3	Формирование умения поддерживать беседу, умения задавать открытые вопросы.		1		
4	Освоение возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения.		1		
5	Развитие психоэмоциональной сферы: развитие умения выразить свои чувства, отказ, недовольство, благодарность, сочувствие		1		
6	Развитие психоэмоциональной сферы: развитие умения выразить свои чувства, намерение, просьбу, опасение		1		
7	Формирование умения отстраниться от нежелательного контакта		1		
8	Формирование умения корректно привлечь к себе внимание		1		
9	Формирование учебной мотивации: принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности		1		

10	Развитие личностной сферы. Осознание своей этнической и национальной принадлежности, толерантности		1		
11	Формирование умения обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи.		1		
12	Формирование умения использовать помощь взрослого для разрешения затруднения, давать адекватную обратную связь учителю: понимаю или не понимаю		1		
13	Усвоение правил поведения в разных социальных ситуациях с незнакомыми людьми		1		
14	Усвоение правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми разного статуса: с близкими в семье; с учителями и учениками в школе		1		
15	Развитие личностной сферы. Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей.		1		
16	Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов		1		
17	Развитие способности взаимодействовать с другими людьми, умение делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами		1		
18	Психологическая диагностика (промежуточная)		1		
19	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		1		

20	Развитие этических чувств, понимания и сопереживания чувствам других людей		1		
21	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми в ситуациях учебного взаимодействия		1		
22	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками в ситуациях совместного решения творческих задач		1		
23	Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения практических задач.		1		
24	Коллективный поиск средств решения творческой задачи, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля.		1		
25	Формирование умения планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.		1		
26	Расширение представлений об устройстве домашней жизни, разнообразии повседневных бытовых дел, понимании предназначения окружающих в быту предметов и вещей		1		
27	Развитие личностной сферы: принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей (ученик, сын, дочь, внук, друг, гражданин).		1		
28	Формирование умения работать в группе и определять наиболее эффективные способы достижения результата.		1		
29	Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха в творческой деятельности		1		

30	Формирование учебной мотивации: способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха		1		
31	Развитие приемов конструктивного общения и взаимодействия со сверстниками, формирование навыков социально одобряемого поведения.		1		
32	Формирование способности к самостоятельной организации собственной деятельности и осознанию возникающих трудностей, формирование умения запрашивать и использовать помощь взрослого.		1		
33	Навыки активного слушания. Обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью		1		
34	Итоговая диагностика. Измерение уровня готовности к переходу в основную школу.		1		
Общее количество часов по программе			34		