
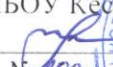



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Кесовогорская средняя общеобразовательная школа  
имени дважды Героя Советского Союза А.В. Алелюхина

<p>Согласовано Зам. директора по УВР  Назарова Л.Д. от <u>3.00</u> 2026 г.</p>	<p>Утверждено Директор МБОУ Кесовогорская СОШ  Ляшова О.В. Приказ № <u>100</u> от <u>3.00</u> 2026 г.</p> 
---	--

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### психологического сопровождения обучающихся на ступени основного общего образования

*Федеральный государственный образовательный стандарт  
основного общего образования*

*(для обучающихся с ЛУО)*

*ВАРИАНТ 1*

*5-9 класс*

составитель программы:

педагог-психолог Мухина С.Н.

## 1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа является частью системы по оказанию комплексной помощи обучающимся с ЛУО в освоении адаптированной основной образовательной программы на основной ступени обучения (5-9 классы).

### Нормативно-правовая база разработки программы:

1. Федеральный закон № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования обучающихся с ОВЗ.
4. ООП ФГОС ООО (5-9 класс) МБОУ Кесовогорская СОШ.
5. Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ Кесовогорская СОШ.

В связи с тем, что количество учащихся с отклонениями в развитии в последнее время возросло, возникла необходимость создания для таких учащихся специальных, адаптированных для их психофизиологических особенностей коррекционных программ. Для обучающихся с нарушением интеллекта 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 учащиеся характеризуются эмоциональной неустойчивостью, наличием импульсивных реакций, неадекватной самооценкой. Социализация детей с умственной отсталостью чрезвычайно затруднена в связи с отсутствием у них навыков межличностного общения в среде нормальных людей, несформированностью потребности в таком общении, негативным восприятием других людей, гипертрофированным эгоцентризмом, склонностью к социальному иждивенчеству. Эти дети не имеют широких контактов со сверстниками. Чаще всего они окружены людьми со сходными социально-психологическими и коммуникативными проблемами. Их навыки общения, социальные навыки весьма ограничены. Данная программа ориентирована на личностное развитие и развитие коммуникативных навыков, а также коррекцию эмоционально – волевой сферы, учащихся с ЛУО.

**Целью программы** является психологическое сопровождение обучающихся с интеллектуальными нарушениями, направленное на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

### Задачи программы:

- выявление особых образовательных потребностей, обучающихся с ЛУО, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии;
- повышение возможностей обучающихся с ЛУО в освоении АООП ООО и интегрировании в образовательный процесс;
- создание и реализация условий, нормализующих аналитическую, аналитико-синтетическую, и регуляторную деятельность на основе психологических средств воздействия в процессе коррекционной работы;
- развитие коммуникации, социальных и бытовых навыков, адекватного учебного поведения, взаимодействия со взрослыми и обучающимися, формированию представлений об окружающем мире и собственных возможностях;
- развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков;
- повышение уровня произвольной регуляции деятельности и поведения;

### Особенности построения курса

Особенностями построения курса является индивидуально-ориентированное психологическое сопровождение с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЛУО, их индивидуальных особенностей и возможностей (в соответствии с рекомендациями ПМПК и ППк). Психокоррекционные занятия способствуют преодолению или ослаблению проблем в познавательном и эмоциональном развитии, гармонизации личности и межличностных отношений, коррекции

недостатков саморегуляции, формировании учебной мотивации, а также профилактике школьной дезадаптации и отклонений в формировании личности, помогают лучшему усвоению учебной информации.

**Модульное построение программы курса позволяет уточнить первостепенные задачи для конкретного ребенка или группы детей, увеличить количество часов на коррекционную работу с более выраженными психологическими дефицитами.**

Коррекционный курс включает следующие модули:

- формирование адаптации пятиклассников к началу школьного обучения;
- развитие произвольной регуляции деятельности и поведения;
- развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы;
- развитие коммуникативных компетенций и способности к продуктивному взаимодействию с окружающими;

Направление выбора модуля определяют психологические особенности обучающихся с ЛУО.

### **Учебно-тематический план**

Коррекционно-развивающие занятия проводятся из расчета 1 раз в неделю (34 часа в год). Занятия проводятся по утвержденному расписанию, продолжительность одного занятия составляет 30-45 минут (в зависимости от возраста и индивидуальных особенностей детей). Количество занятий может быть увеличено при наличии соответствующих рекомендаций ПМПК. Занятия могут проводиться как в малых группах, так и индивидуально. Данная программа построена по цикличному принципу и предполагает повторение тематики основных разделов программы в каждом классе, на более высоком уровне: усложняется речевой материал, дидактические и ролевые игры, расширяются понятия, усложняются формы социального взаимодействия. Набор детей для психологического сопровождения осуществляется на основании заключения ПМПК и согласия родителей ребенка.

### **Примерное тематическое планирование (34 часа)**

Тема занятия	Класс, количество часов				
	5	6	7	8	9
<b>Модуль 1. «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»</b>					
Адаптация	5	-	-	-	-
«Развитие регуляции познавательной деятельности»	9	10	10	10	10
«Развитие саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний»	10	10	10	10	10
<b>Модуль 2. «Развитие коммуникативной деятельности»</b>					
«Развитие коммуникативных навыков»	6	7	7	7	6
«Развитие навыков сотрудничества»	4	7	7	7	8
<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Программа курса строится по модульному принципу и предусматривает гибкость содержательного наполнения модулей и конкретных тем.

Каждый модуль представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике с постепенным усложнением и включением новых тем.

**Модуль 1 «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»** состоит из разделов *«Развитие регуляции познавательной деятельности»* и *«Развитие саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний»*. Он направлен на формирование у обучающихся с ОВЗ произвольной регуляции поведения, учебной деятельности и собственных эмоциональных состояний. В процессе коррекционно-развивающих занятий происходит развитие способности управлять собственными психологическими состояниями, а также поступками и действиями. Проводится работа над способностью самостоятельно выполнять действия по усвоенной программе, самостоятельно выполнять действия по внутренней программе и переносить ее на новый материал. Большое внимание уделяется также развитию регуляции собственного поведения и эмоционального реагирования. Формируется способность понимать и различать чужие эмоциональные состояния, проявлять адекватные эмоции в ситуации общения в различных статусно-ролевых позициях, развивается умение определять конкретные цели своих поступков, искать и находить адекватные средства достижения этих целей.

**Модуль 2 «Развитие коммуникативной деятельности»** состоит из разделов *«Развитие коммуникативных навыков»* и *«Развитие навыков сотрудничества»* и направлен на развитие навыков личностного общения со сверстниками и навыков продуктивной коммуникации в социальном окружении. Важным в коррекционно-развивающей работе является развитие своевременной и точной ориентировки в ситуации взаимодействия, адекватной включенности в ситуацию общения, способности проявлять гибкость в общении, умения адекватно выстраивать коммуникацию в разных статусно-ролевых позициях.

Для развития эффективного коммуникативного процесса в подростковом возрасте имеет значение развитие чувствительности к вербальной и невербальной экспрессии собеседника, способность проявлять гибкость ролевых позиций в процессе общения, динамично меняя их в соответствии с поведением собеседников и с контекстом ситуации общения. На занятиях происходит также формирование умения уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя к агрессии или пассивно-зависимому поведению. В процессе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию навыков продуктивного взаимодействия с социальным окружением, расширению вариантов эффективных поведенческих стратегий, готовности к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в учебных и внеучебных ситуациях. Важными являются также умения анализировать социальный и эмоциональный контексты коммуникативной ситуации, выбирать адекватную стратегию поведения в условиях конфликта, учитывать позицию и интересы партнера.

### **5 класс (первый год обучения на уровне основного общего образования)**

#### **Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»**

##### *Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»*

Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели. Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию. Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов. Отработка навыка следования словесной инструкции. Удержание последовательности действий на основании следования, инструкции. Удержание в умственном плане условий выполнения задания, с сохранением их до конца работы (упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием). Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (копирование сложной фигуры). Планирование этапов выполнения задания. Отработка поэлементного выполнения программы. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого. Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка правильности выполнения задания на основе сличения с конечным результатом. Представление словесного отчета по результатам выполнения задания.

##### *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. Различение мимики, жестов, позы, интонации. Противоречивые эмоции, анализ

внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации. Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния. Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций. Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний, со способами управления проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации. Способность прилагать волевое усилие при выполнении заданий. Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, простые способы регуляции своего поведения.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения. Отработка использования позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения. Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения. Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению. Отработка навыков установления и поддержания продуктивного коммуникативного контакта в моделируемых ситуациях. Способы передачи информации между собеседниками. Знакомство с навыками активного слушания. Отработка приемов поддержания беседы.

#### *Раздел «Развитие навыков сотрудничества».*

Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Знакомство с правилами совместной работы в группе. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях.

### **6 класс (второй год обучения на уровне основного общего образования)**

#### **Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»**

##### *Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»*

Отработка способов ориентировки в задании. Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого. Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий. Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала). Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого. Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе. Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.

##### *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем. Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения, мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения. Соотнесение физических проявлений с конкретными эмоциями в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Позитивные и негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности. Отработка различных приемов релаксации. Знакомство с основными техниками и приемами регуляции эмоций. Способность совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе. Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

#### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

##### *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях. Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. Отработка навыков ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему. Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. Представление собственной позиции социально приемлемыми способами.

##### *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Организация учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Отработка навыков поддержания совместной работы и конструктивного взаимодействия. Уточнение недостающей информации в процессе совместной деятельности с помощью вопросов в моделируемых ситуациях. Принятие различных точек зрения в ходе

совместной работы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов в ходе совместной деятельности.

**7 класс (третий год обучения на уровне основного общего образования) Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»**

*Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»*

Самостоятельная оценка условий, необходимых для выполнения задачи. Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач (параллельные ряды). Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила. Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий. Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе. Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания.

*Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций. Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными ощущениями. Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций. Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях. Признаки состояний утомления и пресыщения. Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Отработка способов снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы), выделение наиболее предпочтительных и эффективных.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

*Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Отработка навыков активного слушания, полного и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации. Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его реализации в общении. Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения. Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише. Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции. Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции.

*Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

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

**8 класс (четвертый год обучения на уровне основного общего образования)**

**Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»**

*Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»*

Самостоятельное определение цели и задачи деятельности, последовательность действий в краткосрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Организация своей деятельности при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи). Самостоятельное планирование этапов своей деятельности. Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках индивидуальной и групповой работы. Отработка навыков оценки результатов своей деятельности, результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе.

*Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях. Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний. Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации. Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта. Способность сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества. Ориентация на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения. Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Отработка навыков ведения конструктивного диалога. Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии, корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно). Позиции восприятия и осмысление коммуникативной ситуации. Отработка умения договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения. Уважительное отношение к партнерам по общению, внимание к личности другого в процессе общения.

#### *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Конфликт: причины, виды, структура. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. Компромисс как решение конфликтных ситуаций. Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения в группе. Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

## **9 класс (пятый год обучения на уровне основного общего образования)**

### **Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### *Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»*

Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач. Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи. Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе (как в процессе ее реализации, так и после завершения). Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого. Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы).

#### *Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»*

Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора. 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. Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### *Раздел «Развитие коммуникативных навыков»*

Закрепление навыков конструктивного общения. Отработка умения выдвигать контраргументы в дискуссии, перефразировать свою мысль. Понимание системы взглядов и интересов другого. Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции, умения

критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно) и корректировать его.

#### *Раздел «Развитие навыков сотрудничества»*

Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях. Отработка умения договариваться в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях. Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности. Закрепление навыков организации совместной деятельности в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его).

#### **Особенности построения и проведения занятий**

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями подростка с ОВЗ. Учитывая характерные для таких школьников сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, сниженные возможности эмоциональной саморегуляции, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и бланковых материалов, а также предусматривает наличие динамических и релаксационных пауз.

Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности подростка с ОВЗ в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает рефлексию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействуются активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии и тренинговых занятий.

#### **Планируемые результаты освоения курса коррекционно-развивающих занятий для обучающихся с ЛУО**

В результате изучения модуля **«Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** обучающийся получит возможность научиться:

- планировать свою деятельность и следовать плану, контролировать и корректировать свои действия при необходимости;
- самостоятельно определять цели и задачи собственной деятельности;
- осуществлять промежуточный и итоговый контроль результата деятельности, объективно оценивать собственные достижения;
- регулировать проявление собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации;
- сдерживать проявление негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, дискуссии, учебного спора;
- владеть техниками контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, уметь минимизировать волнение;
- прилагать волевые усилия при трудностях в учебной работе, в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы, при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена;
- сохранять устойчивость социально приемлемой позиции в ситуациях негативного воздействия со стороны окружающих.

В результате изучения модуля **«Развитие коммуникативной деятельности»** обучающийся получит возможность научиться:

- владеть навыками конструктивного общения;

- использовать вербальные и невербальные средства общения адекватные социально-эмоциональному контексту ситуации;
- выстраивать коммуникацию в разных жизненных ситуациях с учетом статуса, возраста, социальной роли и особенностей собеседника;
- владеть навыками эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях;
- конструктивно и корректно доносить свою позицию до других участников коммуникации;
- критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- самостоятельно организовывать совместную деятельность в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его);
- находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учета интересов участников группы.

При оценке уровня произвольной регуляции следует обращать внимание на сформированность таких показателей, как: способность к осознанному планированию своей деятельности, выдвижению и удержанию ее целей; способность определять значимые условия для осуществления деятельности; способность к самоконтролю в процессе выполнения задания и при оценке результата; способность адекватно оценивать результат своей деятельности. Также необходимо оценивать степень самостоятельности при выполнении задания, эффективность оказываемой взрослым дозированной помощи.

При оценке эмоциональной сферы подростков необходимо учитывать ее общую неустойчивость и высокий уровень ситуативной тревожности, характерный для обучающихся данного возраста. Показателями особенностей развития эмоциональной сферы являются общее эмоциональное состояние и настроение, склонность к аффективному поведению, стрессоустойчивость, уровень эмпатии, выраженность агрессивности и личностной тревожности.

При оценке особенностей развития коммуникативной сферы важно обращать внимание на уровень общительности, развитие коммуникативных умений, уровень коммуникативных и организаторских способностей, тип поведения в конфликте, а также учитывать явления, характерные для малой группы (социальный статус в группе сверстников, оценочные отношения членов группы, преобладающий тип отношений к окружающим).

**Основной показатель качества освоения программы: личностный рост обучающегося, его самореализация и определение своего места в детском коллективе, эмоциональное благополучие.**

В процессе работы предполагается осуществление мониторинга индивидуальных достижений обучающихся, что позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы и своевременно корректировать ее.

## Список литературы

1. Борисова, Н.В., Прушинский, С.А. Инклюзивное образование: право, принципы, практика / Н.В. Борисова, С.А. Прушинский. - Владимир: Транзит-ИКС, 2009. - 412 с.
2. Блинова Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития: Учеб.пособие.- М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2004.
3. Варенова, Т.В. Коррекция развития детей с особыми образовательными потребностями: учебно-метод. пособие / Т.В. Варенова. - М.: Форум, 2015. - 272 с.
4. Выготский, Л.С. Основы дефектологии / Л.С. Выготский / Под ред. В.И. Лубовского. - М.: Айрис-пресс, 2003. - 589 с.
5. Власова Т.А., Певзнер М.С. О детях с отклонениями в развитии. - М., 1973
6. Голиков, Н.А. Психолого-педагогическое сопровождение ребенка с особыми образовательными нуждами в условиях массовой школы: дети-инвалиды в общеобразовательной школе / Н.А. Голиков // Педагогическая техника, 2016. - №6. - С. 93-
7. Гудкова, Т.В., Тверетина, М.А. Формирование коммуникативной компетенции учащихся с ОВЗ: из опыта работы / Т.В. Гудкова, М.А. Тверетина // Сибирский учитель. - 2016. С. 37-
8. Демьянчук, Р.В. Педагогическая психология инклюзивного образования / Р.В. Демьянчук / Инклюзивное образование: от педагогической теории к практике. Всероссийская научно-практическая конференция: материалы и доклады (СПб., 23-24 апр. 2015 г.) // ГБ ПОУ Охтинский колледж; [под общ. ред. И.С. Макарьева]. - СПб.: ГБ ПОУ Охтинский колледж, 2015. - 223 с.
9. Зырянова, С.И. О социализации детей с особыми образовательными потребностями / С.И. Зырянова // Дефектология. - 2015. - №6. - С. 43- 54.
10. "Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей с ОВЗ". Е.В. Иванова
11. Левченко И.Ю., Киселева Н.А. Психологическое изучение детей с отклонениями в развитии. - М.: Коррекционная педагогика, 2005.
12. Лапп, Е.Е. Шипилова, Е.В. Образование обучающихся с ОВЗ в вопросах и ответах / Е.Е. Лапп, Е.В. Шилова. - М.: АСТ, 2011. - 198 с.
13. Леонгард, А.И., Самсонова, Е.Г., Иванова, Л.И. Нормализация условий воспитания и обучения детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования. Методическое пособие / А.И. Леонгард, Е.Г. Самсонова, Л.И. Иванова // Инклюзивное образование. Выпуск 7. - М.: МГППУ, 2011. - 175 с.
14. Л.А. Метиева. "Методические рекомендации по развитию сенсорной сферы детей (пособие для коррекционных учреждений)".
15. Ткачёва В.В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии. – АСТ., М., 2007
16. Программа коррекционной работы. Работаем по ФГОС основного общего образования: метод. пособие / Е.Л. Черкасова, А.В. Лагутина, А.С. Павлова, Ж.И. Журавлева, Е.Н. Моргачева. - М.: Перспектива, 2015. - 88 с.
17. Психолого – педагогическое сопровождение детей с отклоняющимся поведением: психологическая диагностика, игровые технологии / авт.- сост. И.Н.Хоменко. – Волгоград: Учитель, 2009.
18. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6). – М.: «Генезис», 2005. 3.
19. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (7-8 классы). – М.: «Генезис», 2007.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА

### 5 класс 34 занятия

5 класс № п/п	Тема	всего заняти й
<b>Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<i>Раздел «Адаптация учащихся 5 класса к условиям обучения в средней школе»</i>		
1-2	Я – ты – группа. Мы – пятиклассники!	2
3-4	Такие разные школы: начальная и средняя. Нравится – не нравится в средней школе	2
5	Новые правила, новые учителя.	1
<i>Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»</i>		
6	Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели. Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию.	1
7	Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов. Отработка навыка следования словесной инструкции.	1
8	Удержание последовательности действий на основании следования, инструкции.	1
9	Удержание в умственном плане условий выполнения задания, с сохранением их до конца работы (упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием).	1
10	Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (копирование сложной фигуры). Планирование этапов выполнения задания.	1
11	Отработка поэлементного выполнения программы. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого.	1
12	Отработка навыков промежуточного контроля.	1
13	Оценка правильности выполнения задания на основе сравнения с конечным результатом.	1
14	Представление словесного отчета по результатам выполнения задания.	1
<i>Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных, функциональных состояний»</i>		
15	Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями.	1
16	Различение мимики, жестов, позы, интонации.	1
17	Противоречивые эмоции, анализ внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации.	1
18	Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния.	1
19	Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций.	1
20	Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний, со способами управления, проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации.	1
21	Способность прилагать волевое усилие при выполнении заданий.	1
22-23	Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, простые способы регуляции своего поведения.	2
24	Диагностика	1
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<i>Раздел «Развитие коммуникативных навыков»</i>		
25	Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения. Отработка использования позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения	1
26	Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения.	1
27	Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению.	1

28	Отработка навыков установления и поддержания продуктивного коммуникативного контакта в моделируемых ситуациях.	1
29	Способы передачи информации между собеседниками.	
30	Знакомство с навыками активного слушания. Отработка приемов поддержания беседы.	1
<i>Раздел «Развитие навыков сотрудничества»</i>		
31	Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях.	1
32	Знакомство с правилами совместной работы в группе.	1
33	Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях.	1
34	Диагностика	1

### 6 класс 34 занятия

№ п/п	Тема	всего занятий
<b>Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<i>Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»</i>		
1	Отработка способов ориентировки в задании.	1
2	Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого.	1
3	Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий.	1
4	Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала).	1
5	Соотнесение своих действий с планом выполнения задания.	1
6	Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого.	1
7-8	Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе.	2
9-10	Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.	2
<i>Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных, функциональных состояний»</i>		
11	Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем.	1
12	Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения, мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения.	1
13	Соотнесение физических проявлений с конкретными эмоциями в моделируемых ситуациях под контролем взрослого.	1
14	Позитивные и негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности.	1
15	Отработка различных приемов релаксации.	1
16	Основные техники и приемы регуляции эмоций.	1
17	Способность совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе.	1
18-19	Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).	2
20	Диагностика	
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<i>Раздел «Развитие коммуникативных навыков»</i>		
21-22	Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях.	2
23	Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации.	1

24-25	Отработка навыков ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему.	2
26	Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише.	1
27	Представление собственной позиции социально приемлемыми способами.	
<i>Раздел «Развитие навыков сотрудничества»</i>		
28-29	Отработка навыков поддержания совместной работы и конструктивного взаимодействия.	2
30	Уточнение недостающей информации в процессе совместной деятельности с помощью вопросов в моделируемых ситуациях.	1
31-32	Принятие различных точек зрения в ходе совместной работы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого.	2
33	Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов в ходе совместной деятельности.	1
34	Диагностика	1

### 7 класс 34 занятия

7 класс № п/п	Тема	всего заняти й
<b>Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<i>Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»</i>		
1	Самостоятельная оценка условий, необходимых для выполнения задачи.	1
2	Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач (параллельные ряды).	1
3-4	Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила.	2
5	Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий.	1
6	Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном.	1
7-8	Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе.	2
9-10	Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания.	2
<i>Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных, функциональных состояний»</i>		
11	Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций.	
12	Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными ощущениями.	1
13	Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций.	1
14	Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях.	1
15	Признаки состояний утомления и пресыщения. Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы.	1
16-17	Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности в моделируемых ситуациях под контролем взрослого.	2
18-19	Отработка способов снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы), выделение наиболее предпочтительных и эффективных.	2
20	Диагностика	1
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<i>Раздел «Развитие коммуникативных навыков»</i>		
21	Отработка навыков активного слушания, полного и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации.	1
22	Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его	1

	реализации в общении.	
23	Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения.	1
24	Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише.	1
25	Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции.	1
26	Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях под контролем взрослого.	1
27	Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции.	1
<b>Раздел «Развитие навыков сотрудничества»</b>		
28	Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.	1
29	Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели.	1
30	Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого.	1
31-32	Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата.	2
33	Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях.	1
34	Диагностика	1

### 8 класс 34 занятия

8 класс № п/п	Тема	всего занят ий
<b>Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<b>Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»</b>		
1-2	Самостоятельное определение цели и задачи деятельности, последовательность действий в краткосрочной перспективе при выполнении познавательных задач.	2
3-4	Организация своей деятельности при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи).	2
5-6	Самостоятельное планирование этапов своей деятельности.	2
7-8	Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках индивидуальной и групповой работы.	2
9-10	Отработка навыков оценки результатов своей деятельности, результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе.	2
<b>Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных, функциональных состояний»</b>		
11-12	Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях.	2
13-14	Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний.	2
15	Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации.	
16	Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта.	1
17	Способность сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества.	1
18	Ориентация на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения	1
19	Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат.	1
20	Диагностика	1
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		

<b>Раздел «Развитие коммуникативных навыков»</b>		
21	Отработка навыков ведения конструктивного диалога.	1
22	Уважительное отношение к партнерам по общению, внимание к личности другого в процессе общения.	1
23	Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии.	1
24	Отработка навыков корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно).	1
25	Позиции восприятия и осмысление коммуникативной ситуации.	1
26-27	Отработка умения договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения.	2
<b>Раздел «Развитие навыков сотрудничества»</b>		
28	Конфликт: причины, виды, структура.	1
29	Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации.	1
30	Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. Компромисс как решение конфликтных ситуаций.	1
31	Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях под руководством взрослого.	1
32	Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения в группе.	1
33	Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.	1
34	Диагностика	1

### 9 класс 34 занятия

9 класс № п/п	Тема	всего занят ий
<b>Модуль «Развитие произвольной регуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<b>Раздел «Развитие регуляции познавательной деятельности»</b>		
1-2	Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач.	2
3-4	Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач.	2
5	Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи.	1
6-7	Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе (как в процессе ее реализации, так и после завершения).	2
8	Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого.	1
9-10	Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы).	2
<b>Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных, функциональных состояний»</b>		
11-12	Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора.	2
13	Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности.	1
14	Стратегии поведения в стрессовых ситуациях.	1

15	Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации.	1
16-17	Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги.	2
18-19	Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена.	2
20	Диагностика	1
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<b><i>Раздел «Развитие коммуникативных навыков»</i></b>		
21-22	Закрепление навыков конструктивного общения. Понимание системы взглядов и интересов другого.	2
23-24	Отработка умения выдвигать контраргументы в дискуссии, перефразировать свою мысль.	2
25-26	Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции, умения критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно) и корректировать его.	2
<b><i>Раздел «Развитие навыков сотрудничества»</i></b>		
27-28	Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях.	2
29	Отработка умения договариваться в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях.	1
30	Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности.	1
31-32	Закрепление навыков организации совместной деятельности в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его).	2
33	Диагностика	1
34	Обобщение. Позитивный настрой на сдачу экзаменов.	1

