

Рассмотрено на заседании
Методического объединения

Утверждаю
Директор А.П. Стариков

Протокол № _____
от _____

ГБОУ Школа-интернат №5
г.о. Тольятти.

Подписано
цифровой подписью:
ГБОУ Школа-интернат №5 г.о.
Тольятти.
12:00 +04:00
01.09.2022
Директор: Стариков А.П.

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности курса
«Психокоррекция»
2 «В» класс**

Государственного бюджетного общеобразовательного
учреждения Самарской области «Школы-интернат № 5 для
обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
городского округа Тольятти»
на 2022 - 2023 учебный год

Учитель
Гурьянова Марина Серафимовна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу «Психокоррекция» разработана на основе

- требований Федерального государственного образовательного стандарта для детей с ОВЗ;
- адаптированной основной общеобразовательной программы общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- учебного плана ГБОУ школы-интерната №5 г.о. Тольятти;
- проведенных диагностических мероприятий.

Психическое развитие детей с нарушением интеллекта в целом отстает по срокам формирования и проходит неравномерно. Отмечается недостаточность пространственно-предметных, временных представлений, их неточность, быстрое забывание не только деталей, но и важных элементов, уподоблении образов одних объектов другими. У многих воспитанников отмечается скованность, недостаточный объем движений, нарушение их произвольности, недоразвитие мелкой моторики.

Многие дети, окончившие первый класс, остаются не готовыми к обучению мотивационно, по запасу знаний и представлений, степени сформированности учебных навыков, уровню развития функций волевой регуляции.

Введение курса «Психокоррекция» в образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического развития детей через системный подход, в котором когнитивные и двигательные методы принимаются в комплексе с учётом их взаимодополняющего влияния.

Система коррекционных занятий с детьми с учётом общих закономерностей онтогенеза вызывает активизацию в развитии всех ВПФ, т.е. создаёт базовую предпосылку для полноценного участия психических процессов в овладении чтением, письмом, математическими знаниями.

Цель программы

Дать детям правильное многогранное полифункциональное

представление об окружающей действительности, способствующее оптимизации психического развития ребенка и более эффективной социализации его в обществе.

Задачи:

- формирование пространственно-временных ориентировок;
- развитие слухоголосовых координаций;
- обогащение словарного запаса детей на основе использования соответствующей терминологии;
- исправление недостатков моторики, совершенствование зрительно-двигательной координации;
- формирование точности и целенаправленности движений и действий.

Основные принципы, на которых базируется данная программа

А.А.Осипова):

- Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.
- Принцип единства коррекции и диагностики.
- Деятельностный принцип коррекции.
- Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей.
- Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.
- Принцип возрастания сложности.
- Принцип учета объема и степени разнообразия материала.

Занятия по курсу «Психокоррекция» осуществляются по 3-х уровневой системе.

I уровень Активизации и энергоснабжения психических процессов

II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством

III уровень Произвольной регуляции

- Развитие произвольности, умение выполнять и принимать правила игры и роли способности к совместному решению задач.

- Отработка коммуникативных навыков через парные и групповые упражнения, формирование навыков совместных действий, способствующих лучшему пониманию друг друга.

- Развитие произвольного внимания и памяти.

Программа подразумевает поэтапное включение в коррекционный процесс упражнений 1, 2 и 3 уровней. На каждом занятии используются в разной степени методы различных уровней в зависимости от задач занятия.

Программа по курсу «**Психокоррекция**» направлена на обеспечение полноценного психического и личностного развития ребенка с особыми образовательными потребностями, формирование у него психологических новообразований, составляющих сущностную характеристику возраста, расширение психосоциальной и эмоциональной компетенции.

Методы и приемы реализации программы

- Совместные действия ребёнка и взрослого, действия по подражанию (в основном на начальном этапе обучения и при изучении нового содержания).
- Действия детей по образцу, по инструкции.
- Действия с контурными изображениями, использование приёмов наложения и обводки шаблонов, трафаретов для создания целостного образа изображаемого предмета.
- Наблюдения за явлениями природы, предметами окружающего мира, живыми объектами.
- Использование рисунков и аппликаций.

Занятия курса «**Психокоррекция**» проводятся фронтально, состоят из 3 этапов:

1. Организационно-подготовительный.

На данном этапе применяются упражнения направленные на снятие психомышечного напряжения, развитие концентрации внимания детей, пальчиковая гимнастика, упр. на повышение энергетического потенциала, создание положительного настроения к продуктивной совместной деятельности.

2. Основной этап.

Предполагает повторение пройденного и реализацию соответствующего раздела программы.

3. Заключительный этап.

На данном этапе осуществляется закрепление пройденного, рефлексия.

Место коррекционного курса в учебном плане

Программа курса «Психокоррекция» входит в часть формируемую участниками образовательных отношений, коррекционно-развивающую область учебного плана для обучающихся с легкой степенью умственной отсталости.

Программа рассчитана на 1 год обучения. 34 часа, 1 групповое занятие в неделю, продолжительностью 40 минут.

Планируемые результаты по формированию БУД курса «Психокоррекция»

Личностные результаты (при направляющей помощи):

- Определять и выражать положительное отношение к школьной дисциплине, направленной на поддержание норм поведения в школе.
- В предложенных педагогом ситуациях делать выбор как поступить, опираясь на общепринятые нравственные правила, в первую очередь в отношениях со сверстниками в практике совместной деятельности.
- Оценивать простые ситуации и однозначные поступки как «хорошие» или «плохие» с позиции важности исполнения роли «хорошего ученика».
- Выражать свое эмоциональное состояние, настроение.

Предметные результаты

- Целенаправленно выполнять действия по инструкции педагога.
- Правильно пользоваться письменными принадлежностями, копировать несложные изображения.
- Различать речевые и неречевые звуки.
- Ориентироваться на собственном теле и на плоскости листа бумаги.

Требования к умениям учащихся

Минимальный уровень при организующей, активизирующей и контролирующей помощи	Достаточный уровень при организующей и активизирующей помощи
<ul style="list-style-type: none">• Ориентироваться в схеме тела по маркеру, после организующей помощи.• Уметь воспроизводить дыхательные упражнения, упражнения на развитие мелкой и крупной моторики, стимулирующие упражнения после показа и по инструкции (простые упражнения и движения)	<ul style="list-style-type: none">• Ориентироваться по схеме тела на листе бумаги.• Выполнять действия и движения по показу и инструкции взрослого.• Уметь выполнять правильный, длительный выдох, расслаблять мышцы кисти и пальцев рук, автономные движения, стимулирующие упражнения при организующей помощи после словесной инструкции.• Пользоваться письменными принадлежностями.

Оценка эффективности занятий

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- Степень помощи, которую оказывает педагог учащимся при выполнении заданий: чем помощь меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий.
- Поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий.
- Результаты выполнения контрольных психологических заданий, в качестве которых даются задания, уже выполнявшиеся учениками, но другие по своему внешнему оформлению, и выявляется, справляются ли ученики с этими заданиями самостоятельно.
- Косвенным показателем эффективности может быть наблюдения учителей за работой учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности и др.).

Основное содержание коррекционного курса

I уровень Активизации и энергоснабжения психических процессов.

Цель - обеспечение и регуляция общего активационного фона, необходимого для протекания всех психических процессов, повышение энергетического потенциала.

Задачи:

- Повышение общей работоспособности и активности.
- Отработка дыхательных упражнений, знакомство с 4–х фазным дыханием, длительность выдоха с пропевкой звуков и слогов.
- Отработка стимулирующих упражнений и массажа для отдельных частей тела, выполнение по показу и инструкции.
- Отработка простых релаксационных упражнений отдельных частей тела.
- Отработка простых упражнений на тренировку в управлении определенной частью тела, в разном положении по показу и инструкции.
- Отработка автоматизированных упражнений для отдельных частей тела (простые варианты под внешним контролем).
- Развитие координации руки и пальцев (упражнения для удержания письменных принадлежностей, пальчиковая гимнастика, обводка, штриховка по трафарету, нанизывание бус, шнуровка, мозаика).

II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством.

Осуществляется овладение телом и пространством, анализируется поверхностная (кожная) информация для осуществления сложных видов психической деятельности.

Задачи:

- Развитие чувства ритма по зрительным схемам по показу, по внешнему контролю, простые варианты.
- Повышение чувствительности к разной информации: тактильной (определение на ощупь предметов и фигур, с различением свойств); зрительной (формирование произвольности, различение зашумленных изображений,

профилактика зрительного переутомления); слуховой (дифференцировка звуков шумовых, музыкальных инструментов, громкость звука); обонятельной (контрастность ароматов); вкусовой (качества сладкое – горькое, сырое – вареное).

- Развитие памяти, внимания со стимулами разной модальности.
- Развитие пространственного представления: учить составлять целое из частей (конструирование простых составных картинок).
- Развитие динамической организации двигательного акта (двигательные и графические упражнения: простые варианты по показу).
- Формирование сенсомоторных взаимодействий в разных положениях (простые взаимодействия правой и левой половины тела, одноименные движения по показу и инструкции).
- Развитие зрительно-моторной координации.

III уровень Произвольной регуляции.

Решение задач этого уровня не является отдельной проблемой. В большей или меньшей степени необходимость произвольной саморегуляции обнаруживается при решении любой задачи, так как программирование, регуляция и контроль являются неперемненными условиями успешного выполнения любой деятельности. Уже в 1-м классе дети приучались выполнять движения не только по показу, но и по словесной команде. Во 2-м классе эта работа продолжается. Дети этого возраста нуждаются в словесной инструкции в отношении каждого движения, программа действий здесь вырабатывается постепенно.

Задачи:

- Ознакомление учащихся (усвоение и понимание с нормами и правилами поведения в группе, основными принципами взаимодействия с ее членами).
- Выработка умения соблюдать дисциплину на уроке, занятиях, формировать начальные навыки организации и самостоятельности.
- Развитие элементарных коммуникативных навыков.

Тематическое планирование

Название раздела	Кол-во часов	
I ЧЕТВЕРТЬ (8 часов)		
Диагностика	2	
<i>I уровень Активизации и энергоснабжения психических процессов</i>		
Отработка правильного дыхания.	3	
Стимулирующие упражнения	1	
Приёмы релаксации	2	
II ЧЕТВЕРТЬ (8 часов)		
<i>I уровень Активизации и энергоснабжения психических процессов</i>		
Мышечные зажимы	1	
Равновесие	1	
Ригидные телесные установки	1	
<i>II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством</i>		
Ритм	3	
Тактильная чувствительность	2	
III ЧЕТВЕРТЬ (10 часов)		
<i>II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством</i>		
Зрительное восприятие	2	
Слуховое восприятие	3	
Обоняние	1	
Вкусовые ощущения	2	
Восприятие поз и движений	2	
IV ЧЕТВЕРТЬ (6 часов)		
<i>II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством</i>		
Динамическая организация	1	1
Сенсомоторные взаимодействия	2	2
III уровень Произвольной регуляции		
Координация и ловкость	2	
Правила игры и роли.	1	
Всего за год: 32 часа		

Календарно-тематическое планирование

Содержание работы	Сроки	Деятельность обучающегося	Средства обучения
I ЧЕТВЕРТЬ (8ч.)			
Диагностика Диагностика	05.09 12.09	Отвечают на вопросы, выполняют диагностические задания.	Мяч, шнуровка, карточки-схемы, корректурные пробы, предметные картинки
I уровень Активизации и энергоснабжения психических процессов			
Отработка правильного дыхания Отработка правильного дыхания Отработка правильного дыхания Стимулирующие упражнения Приёмы релаксации Приёмы релаксации	19.09 26.09 03.10 10.10 17.10 24.10	Выполняют дыхательные упр. через нос и рот с пропевкой звуков и слогов, стимулирующие упр. по показу и инструкции. Дыхание под счет. Расслабляют и напрягают мышцы разных частей тела по показу и инструкции. Используют в речи понятия напряжение, расслабление, называют ощущения от собственного тела. Выполняют упр. на разминку и расслабление рук, кистей (сжатие, разжимание). Воспринимают простые словесные инструкции на двигательные упр. Проявляют внимание к речи педагога.	Карточки-схемы. Стихотворные тексты на расслабление Расслабляющая музыка Трафареты, бусины, шнуровка, мозаика, ручка, карандаши.
II ЧЕТВЕРТЬ (8ч.)			
I уровень Активизации и энергоснабжения психических процессов			
Мышечные зажимы Равновесие Ригидные телесные установки	07.11 14.11 21.11	Выполняют упр. на снятие мышечных зажимов с одновременной работой рук и ног по показу и инструкции. Выполняют упр. «Заземление» на двух и одной ноге с различным положением рук.	Карточки-схемы

		Выполняют упр. на «Балансировочной доске» Воспринимают словесные инструкции на двигательные упр. Проявляют внимание к речи педагога.	
II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством			
Ритм	28.11	Воспроизводят внешний ритм по показу, зрительным	Карточки-схемы с образцами различных ритмов. Палочки для выкладывания ритмов. Музыкальное сопровождение. Детские музыкальные инструменты Предметы (образцы различных материалов) с разнообразной поверхностью
Ритм	05.12	схемам, внешнему контролю.	
Ритм	12.12	Понимают и выполняют инструкцию, соотносят	
Тактильная чувствительность	19.12	названия частей тела.	
Тактильная чувствительность	26.12	Проговаривают простой ритмический рисунок Называют простые характеристики поверхности предметов. Воспринимают словесные инструкции. Проявляют внимание к речи педагога	
III ЧЕТВЕРТЬ (10ч.)			
II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством			
Зрительное восприятие	09.01	Дифференцируют зрительное восприятие двух пред-	Предметы, игрушки. Детские музыкальные инструменты Символы звуков, буквы Овощи, фрукты, продукты питания Карточки-схемы
Зрительное восприятие	16.01	метов.	
Слуховое восприятие	23.01	Воспринимают инструкцию на слух	
Слуховое восприятие	30.01	Различают неречевые звуки: звуки окружающей сре-	
Слуховое восприятие	06.02	ды и музыкальные. Различают речевые звуки, фоне-	
Обоняние	13.02	мы.	
Вкусовые ощущения	20.02	Находят звуки и звукосочетания в словах	
Вкусовые ощущения	27.02	Сопоставляют запахи (приятные, неприятные), вкусы	
Восприятие поз и движений	06.03	(кислый – сладкий, горький - солёный).	
Восприятие поз и движений	13.03	Называют характеристики вкуса (вкусно, невкусно), запаха (приятно, неприятно)	

		Выполняют упражнения для частей тела по заданию	
IV ЧЕТВЕРТЬ (6ч.)			
II уровень Операционного обеспечения сенсомоторного взаимодействия с внешним пространством			
Динамическая организация	03.04	Выполняют графические упражнения из двух повторяющихся элементов.	Графические задания на листах бумаги
Сенсомоторные взаимодействия	10.04		
Сенсомоторные взаимодействия	17.04		
III уровень Произвольной регуляции			
Координация и ловкость	24.04	Выполняют упр. с одновременными движениями одноименных руки и ноги по показу и инструкции. Участвуют в играх с правилами и ролями, понимают правила игры, соблюдают правила, контролируют товарищей. Понимают и выполняют инструкцию. Слышат обращенную речь.	Атрибуты для подвижных игр
Координация и ловкость	15.05		
Правила игры и роли	22.05		
Всего за год: 32 часа			

Учебно-методический комплекс

Учебно-практическое оборудование

Для проведения занятий по «Психокоррекции» требуется специально организованная коррекционно-развивающая среда:

- игрушки и пособия для развития тонкой и общей моторики: мяч, шнуровки, мозаики, разнообразные мелкие предметы;
- сюжетные игрушки; игрушки, имитирующие реальные предметы;
- иллюстрированный и образно-символический материал: наборы карточек с разнообразными изображениями, серии карточек;
- наглядно-графические модели: нерасчлененные контурные образцы, чертежи;
- нормативно-знаковый материал: наборы цифр и букв;
- материалы и принадлежности для выполнения графических заданий;
- компьютер, доска, тетради, карандаши, ручки.

Учебно-методическое обеспечение

1. Бабина Н.В. Развивающие игры с элементами логики. – Москва-Воронеж.
- Забрамная С.Д. Ваш ребёнок учится во вспомогательной школе: Раб. Книга – М.
2. Каралашвили Е.А. Физкультурная минутка. Динамические упражнения для детей 6-10 лет. – М.
3. Комплексная методика психомоторной коррекции. А.В. Семенович, Е.А. Воробьева. – М.
4. Коноваленко С.В. Развитие познавательной деятельности у детей от 6 до 9 лет. Практикум для психологов и логопедов. – М.
5. Разина М.С. Страна пальчиковых игр: развивающие игры и оригами для детей и взрослых. СПб. «Кристалл».
6. Сиротюк А. Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М.
7. Цвынтарный. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб.