

Министерство просвещения Российской Федерации
Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа-
Югры
Департамент образования администрации города Нефтеюганска
МБОУ «СОШ № 5»

Пункт 1. содержательного раздела
Адаптированной основной образовательной
программы основного общего образования для
обучающихся с ЗПР, утверждённой приказом
МБОУ «СОШ №5» от «30» августа 2024 г. № 421

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Направление: коррекционно-развивающее
Название внеурочного курса: Психокоррекционные занятия
(психологические) «Учись учиться»
Класс: 5

г. Нефтеюганск

Пояснительная записка

Психолого-педагогическая характеристика учащихся с задержкой психического развития

Учащиеся с задержкой психического развития — это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, препятствующие получению образования без создания специальных условий, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией.

Категория учащихся с задержкой психического развития – наиболее многочисленная среди детей с ОВЗ и неоднородная по составу группа школьников. Среди причин возникновения ЗПР могут фигурировать органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания, психическая и социальная депривация. Подобное разнообразие этиологических факторов обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений — от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих отграничения от умственной отсталости.

Все учащиеся с ЗПР испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения. Общими для всех учащихся с ЗПР являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции. Достаточно часто у учащихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы.

Уровень психического развития поступающего в школу ребёнка с ЗПР зависит не только от характера и степени выраженности первичного (как правило, биологического по своей природе) нарушения, но и от качества предшествующего обучения и воспитания (раннего и дошкольного, и начального школьного).

Диапазон различий в развитии учащихся с ЗПР достаточно велик – от практически нормально развивающихся, испытывающих временные и относительно легко устранимые трудности, до учащихся с выраженными и сложными по структуре нарушениями когнитивной и аффективно-поведенческой сфер личности. От учащихся, способных при специальной поддержке на равных обучаться совместно со здоровыми сверстниками, до учащихся, нуждающихся при получении основного общего образования в

систематической и комплексной (психолого-медико-педагогической) коррекционной помощи.

Различие структуры нарушения психического развития у учащихся с ЗПР определяет необходимость многообразия специальной поддержки в получении образования и самих образовательных маршрутов, соответствующих возможностям и потребностям учащихся с ЗПР и направленных на преодоление существующих ограничений в получении образования, вызванных тяжестью нарушения психического развития и неспособностью учащегося к освоению образования, сопоставимого по срокам с образованием здоровых сверстников.

Особые образовательные потребности учащихся с задержкой психического развития

Для учащихся с задержкой психического развития, осваивающих адаптированную основную образовательную программу основного общего образования характерны следующие специфические образовательные потребности:

- наглядно-действенный характер содержания образования;
- упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе образования;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- необходимость постоянной актуализации знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;
- обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов, обучающихся с задержкой психического развития;
- использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения;
- стимуляция познавательной активности, формирование потребности в познании окружающего мира и во взаимодействии с ним;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование произвольной саморегуляции в условиях познавательной деятельности и поведения;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование способности к самостоятельной организации собственной деятельности и осознанию возникающих трудностей, формированию умения запрашивать и использовать помощь взрослого;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на развитие разных форм коммуникации;

- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование навыков социально одобряемого поведения в условиях максимально расширенных социальных контактов.

Общая характеристика коррекционно-развивающего курса

Коррекционно-развивающие занятия с учащимися с ОВЗ направлены на развитие их способностей.

По своей структуре занятие делится на вводную часть, основную и заключительную.

Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно. Этот эмоциональный настрой, постоянно создаваемый на уроках психологического развития, постепенно должен у учащихся закрепиться и переноситься на другие школьные уроки. В качестве приема создания положительного эмоционального фона может выступить просьба учителя улыбнуться друг другу и сказать добрые слова. Есть ли у нас запас добрых, хороших слов, часто ли мы говорим их друг другу? Эти слова несут положительную энергию, помогают создавать атмосферу доверия, тепла, дружелюбия и хорошего настроения.

Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности. Стимулирующее воздействие физических упражнений на психическую деятельность известно давно. Имеется много данных об улучшении показателей различных психических процессов под влиянием физических упражнений: увеличивается объем памяти, повышается устойчивость внимания, ускоряется решение элементарных интеллектуальных задач, убыстряются психомоторные процессы. Тем самым обеспечивается более высокий уровень работоспособности, который не может не влиять положительно на успешность учебной деятельности. Для каждого занятия подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном занятии.

Задания для основной части занятия подбирались с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для коллективной работы в классе. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий. Однако для предотвращения снижения интереса, учащихся к повторным выполнениям одного и того же задания мы стремились обеспечить разнообразие внешнего оформления содержания ряда заданий, но сохранить единство их внутренней, психологической направленности.

Задача заключительной части занятия состоит в подведении итогов занятия, обсуждении результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопрос, чем же они

занимались и чему научились на данном уроке.

При проведении занятий очень важно, чтобы при объяснении заданий все ученики правильно поняли инструкцию. Если потребуется, два-три раза объяснить ученикам, что они должны делать и как выполнять задание.

Необходимо четко соблюдать время предъявления (экспозицию) тестового материала, где это обусловлено инструкцией.

Следует предоставлять учащимся как можно большую самостоятельность при выполнении заданий, психолог только помогает, объясняет, направляет.

Для того чтобы можно было оценить эффективность занятий психологического развития, рекомендуется использовать следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает психолог учащимся при выполнении заданий: чем помощь психолога меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- особенности поведения, учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность учащихся обеспечивают положительные результаты занятий;

- результаты выполнения контрольных развивающих 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 занятий может быть повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам, а также отзывы учителей о работе учащихся на других уроках (повышение активности, работоспособности, внимательности, улучшение мыслительной деятельности и др.).

Цель: осуществление коррекции недостатков в развитии учащихся с ограниченными возможностями здоровья (ЗПР) при освоении общеобразовательных программ основного общего образования.

Задачи:

1. Повысить уровень знаний школьников об окружающей действительности: явлениях, событиях.
2. Повысить уровень мотивации учебной деятельности, общеучебных умений и навыков.
3. Способствовать развитию познавательных процессов: уровню развития восприятия, внимания, непосредственной и опосредованной памяти.
4. Развивать мыслительные, интеллектуальные способности: обобщение, исключение, классификация, аналогии.
5. Учить школьников устанавливать разные виды связей и отношений между понятиями: отношения противоположности, рядоположности, функциональности, общего и конкретного.

6. Способствовать формированию адекватной самооценки и уровня притязаний.

В качестве ведущей **технологии** используется технология коррекционно-развивающего обучения, которая предусматривает:

- развитие достаточной осведомленности в понятиях, знаний об окружающей действительности;
- развитие понятийного мышления;
- овладение частными интеллектуальными операциями, которые способствуют формированию системы знаний у школьников и усвоению учебного материала;
- формирование учебной мотивации и мотивации достижения успеха;
- развитие личностных компонентов познавательной деятельности: познавательная активность, самостоятельность, навык планирования и контроля, рефлексии;
- развитие познавательных процессов.

Занятия курса проходят в виде индивидуальной **формы** деятельности. Основные **методы**: беседа, практикум, обучающая игра, мозговой штурм, метод проблемного изложения, метод диагностики.

Описание места курса в учебном плане:

Основной формой организации коррекционной работы являются индивидуальные занятия. Коррекционные занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность коррекционного занятия – 40 минут. Общий объём программы 34 часа.

Результаты освоения коррекционно-развивающего курса

Личностные:

- развитие ответственного отношения к деятельности;
- формирование готовности и способности к саморазвитию и самообразованию;
- развитие навыков произвольного управления своим вниманием и памятью;
- развитие способности самоконтроля и саморегуляции;
- развитие осознанного отношения к своему здоровью.

Метапредметные:

- развитие умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- развивать умение соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- развивать умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности её решения.

Предметные:

познакомиться с понятиями внимание, память, мышление, их виды.

- знать основные отношения между понятиями: противоположности, общего и конкретного, части и целого, рядоположности, функциональности.
- научиться обобщать предметы и понятия по разным признакам, параметрам;
- развивать умения исключать предметы, понятия по разным параметрам;
- классифицировать предметы, понятия по разным параметрам;
- устанавливать связи по аналогии;
- развивать умения выделять главное и второстепенное;
- учиться находить существенные признаки предмета;
- устанавливать отношения части и целого, общего и конкретного, вида-рода, находить сходства и различия;
- уметь работать с текстом, с любой информацией.

Планируемые результаты коррекционно-развивающего курса:

повышение уровня развития:

- восприятия устной и письменной информации;
- смысловой памяти, воображения;
- устойчивости, концентрации, объёма внимания;
- мыслительных действий и операций, необходимых для усвоения учебного материала;
- навыков самостоятельной работы;
- навыков планирования и контроля своей деятельности;
- адекватная самооценка своих возможностей.
- увеличение объёма оперативной памяти и скорости восприятия зрительной информации;
- использование приёмов по развитию внимания и памяти;
- развитие навыков выдвижения версий, гипотез, аргументации своего мнения.

Содержание коррекционно-развивающего курса

Раздел 1. Введение.

Знакомство с обучающимся. Выполнение задания по выявлению уровня самооценки.

Раздел 2. Эмоционально-волевая сфера.

Оценка уровня школьной мотивации. Диагностики уровня школьной тревожности. Изучение личностных особенностей обучающегося по результатам проективных методик. Изучение отношения ребенка к членам своей семьи. Упражнения на развитие перцептивно-эмоциональной сферы. Тренинг по развитию навыков поведения в конфликтных ситуациях.

Раздел 3. Внимание.

Расширение знаний о роли и значении внимания. Знакомство с видами внимания. Диагностика развития внимания обучающегося. Выполнение упражнений на развитие устойчивости внимания.

Раздел 4. Память.

Расширение знаний о роли и значении памяти в жизнедеятельности человека. Знакомство с видами памяти. Диагностика развития видов памяти обучающегося. Выполнение упражнений на развитие смысловой памяти, объёма памяти и навыков опосредованного запоминания. Развитие умения ставить цель, планировать свой день, составлять распорядок дня, готовить рабочее место, оценивать результат. Составление плана выполнения домашнего задания. Выполнение упражнений на развитие самоконтроля.

Раздел 5. Мышление.

Расширение знаний о роли и значении мышления в жизнедеятельности человека. Знакомство с видами мышления. Диагностика развития видов мышления обучающегося. Выполнение упражнений на развитие операций мыслительной деятельности и видов мышления. Развитие пространственных представлений и внутреннего плана действий. Повторная диагностика развития смысловой памяти и уровня развития словесно-логического мышления.

Раздел 6. Эмоционально-волевая сфера.

Повторная оценка уровня школьной мотивации, диагностика уровня школьной тревожности. Изучение эмоционального состояния, обучающегося по результатам проективных методик.

Раздел 7. Завершение.

Самоанализ успехов и достижений обучающегося в учебной деятельности, коррекционно-развивающем курсе.

Тематическое планирование коррекционно-развивающего курса

№	Тема	Кол-во часов	Деятельность учащихся	Форма проведения занятий	Учет программы воспитания	ЦОР
1.	Как научиться учиться. Определение самооценки. Оценка уровня школьной мотивации. Цветовой тест М. Люшера.	1	- выполняют задание на анализ вопроса «Как научиться учиться?»; - выполняют задания по выявлению уровня самооценки обучающегося; - выполняют задания по выявлению уровня школьной мотивации обучающегося; - выполняют задания по выявлению эмоционального состояния.	Тестирование	познавательное направление воспитания; духовно-нравственное развитие; и эстетическое воспитание, воспитание патриотизма	http:// bg-prestige.narod.ru http://psytes.ts.org http://schools.keldysh.ru http://www.zavuch.info http://festival.1september
2.	Диагностики уровня школьной тревожности. Проективный рисунок «Несуществующее животное».	1	- выполняют задание по выявлению школьной тревожности; - выполняют задание по изучению личностных особенностей.	Тестирование		http://pedsovet.org http://methodist.ru
3.	Проективный рисунок «Дом-дерево-человек». Проективный рисунок «Моя семья».	1	- выполнение задание по изучению личностных особенностей; - выполняют задание по выявлению отношения ребенка к членам своей семьи.	Тестирование		http://ns.portal.ru http://pedlib.ru

4.	Перцептивно - эмоциональная сфера	1	- развивают перцептивно-эмоциональную сферу.	Практическое занятие		http://koob.ru
5.	Поведение в конфликтных ситуациях	1	- развивают навыки поведения в конфликтных ситуациях.	Практическое занятие		
6.	Зачем человеку внимание. Виды внимания. Диагностика внимания.	1	- расширяют знания о роли и значении внимания; - знакомятся с видами внимания; - выполняют задания по выявлению развития видов внимания обучающегося.	Практическое занятие		
7.	Развиваем внимательность.	1	- развивают устойчивость внимания.	Практическое занятие		
8.	Зачем человеку память. Виды памяти. Диагностика видов памяти.	1	- расширяют знания о роли и значении памяти в жизни человека; - знакомятся с видами памяти; - выполняют задания по выявлению развития видов памяти.	Практическое занятие		
9.	Как мы воспринимаем информацию.	1	- развивают смысловую память; - развивают объём памяти.	Практическое занятие		

10.	Секреты нашей памяти.	1	- развивают память и навыки опосредованного запоминания.	Практическое занятие		
11.	Секреты успешной учёбы.	1	- учатся выделять главное, ставить цель, планировать и контролировать выполнение и оценивать результат.	Практическое занятие		
12.	Мой распорядок дня. Организация рабочего места.	1	- учатся планировать свой день, составлять распорядок дня, готовить рабочее место; - составляют план выполнения домашнего задания; - развивают самоконтроль.	Практическое занятие		
13.	Зачем человеку мышление. Виды мышления. Диагностика словесно-логического мышления.	1	- расширяют знания о роли и значении мышления в жизни человека; - знакомятся с видами мышления; - выявляют степень компетентности в окружающем мире, уровень сформированности навыка обобщения,	Практическое занятие Тестирование		

			исключения и классификации.			
14.	Учимся выделять главное и существенное.	1	- учатся находить существенное, главные признаки предметов.	Практическое занятие		
15.	Гибкость и анализ через синтез. Логические формы вербального мышления.	1	- развивают мышление (гибкость и анализ через синтез); - развивают логические формы вербального мышления.	Практическое занятие		
16.	Обобщение предметов по разным признакам.	1	- учатся обобщать предметы по разным признакам, отношениям и логическим связям.	Практическое занятие		
17.	Пространственные представления. Вербальное мышление.	1	- развивают пространственные представления; - развивают вербальное мышление.	Практическое занятие		
18.	Установление закономерностей. Вербальное мышление.	1	- развивают мышление (установление закономерностей) - развивают вербальное мышление (преобразование предложений без изменения смысла).	Практическое занятие		
19.	Внутренний план действий.	1	- развивают внутренний план действий;	Практическое занятие		

	Установление отношений между понятиями.		- развивают логическое мышление (установление отношений между понятиями)	занятие		
20.	Внутренний план действий. Абстрагирование. Вербальный анализ.	1	- развивают внутренний план действий; - развивают операцию мышления (абстрагирование); - развивают мышление (вербальный анализ).	Практическое занятие		
21.	Анализ и синтез. Работа с художественным текстом.	1	- учатся анализировать текст.	Практическое занятие		
22.	Пространственные представления. Сравнение понятий.	1	- развивают пространственные представления; - развивают логическое мышление (сравнение понятий).	Практическое занятие		
23.	Воображение. Деление понятий.	1	- развивают воображение; - развивают логическое мышление (деление понятий).	Практическое занятие		
24.	Классификация.	1	- развивают умение классифицировать предметы, делить их на	Практическое занятие		

			группы по разным признакам.			
25.	Воображение. Логические формы вербального мышления.	1	- развивают воображение; - развивают логические формы вербального мышления (определение видов суждений).	Практическое занятие		
26.	Гибкость мышления. Установление сходства и противоположности.	1	- развивают гибкость мышления; - развивают мышление (установление сходства, противоположности).	Практическое занятие		
27.	Понимание переносного смысла пословиц	1	- учатся понимать переносный смысл пословиц.	Практическое занятие		
28.	Аналогии.	1	- учатся устанавливать связи по аналогии между словами.	Практическое занятие		
29.	Отношения части и целого.	1	- учатся устанавливать отношения части и целого.	Практическое занятие		
30.	Повторная диагностика словесно-логического мышления.	1	- выявляют степень компетентности в окружающем мире, уровень сформированности навыка обобщения, исключения и классификации.	Тестирование		

31.	<p>Определение самооценки.</p> <p>Оценка уровня школьной мотивации.</p> <p>Цветовой тест М. Люшера.</p> <p>Диагностики уровня школьной тревожности.</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - выполняют задания по выявлению уровня самооценки обучающегося; - выполняют задания по выявлению уровня школьной мотивации обучающегося; - выполняют задания по выявлению эмоционального состояния; - выполняют задание по выявлению школьной тревожности. 	Тестирование		
32.	<p>Проективный рисунок «Несуществующее животное».</p> <p>Проективный рисунок «Дом-дерево-человек».</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - выполняют задания по изучению личностных особенностей. 	Тестирование		
33.	<p>Проективный рисунок «Моя семья»</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - выполняют задание по выявлению отношения ребенка к членам своей семьи. 	Тестирование		
34.	<p>Мои успехи в учёбе.</p> <p>Чему я научилась на</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - учатся оценивать свои успехи и достижения; - самоанализ 	Практическое занятие		

	занятиях.		успешности прохождения курса.			
--	-----------	--	----------------------------------	--	--	--