

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 «31» августа 2023 г. №
492

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление: коррекционно-развивающее

Название внеурочного курса: «Учись учиться»

Класс: 7

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.

Планируемые 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.

Формируются ценность научного познания, значимость обучения.

Содержание коррекционно-развивающего курса

Раздел. Эмоционально-волевая сфера

Работа с вопросом «Что значит научи себя сам». Выполнение задания по выявлению уровня самооценки. 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. Рефлексия собственных личностных качеств и чувств. Тренинг по развитию навыков поведения в конфликтных ситуациях. Развитие умений различать эмоциональные состояния, дифференцировать чувства, различать виды поведения. Выявление ведущих типов акцентуаций характера. Изучение уровня проявления агрессии. Повторное изучение уровня самооценки, школьной мотивации и тревожности, эмоционального состояния, личностных особенностей обучающегося.

Раздел. Внимание

Диагностика развития внимания обучающегося. Выполнение упражнений на развитие устойчивости, переключения, распределения, и концентрации внимания. Повторная диагностика уровня развития внимания.

Раздел. Память

Диагностика развития видов памяти обучающегося. Выполнение упражнений на развитие смысловой памяти, объема 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. Повторная диагностика развития уровня кратковременной и долговременной памяти.

Раздел. Мышление

Диагностика развития мышления у обучающегося. Выполнение упражнений на развитие операций мыслительной деятельности и видов мышления. Развитие пространственных представлений, воображения и внутреннего плана действий. Повторная диагностика интеллектуального развития обучающегося.

Раздел. Завершение

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

Основные формы организации и виды внеурочной деятельности

Виды внеурочной деятельности:

- Игровая деятельность
- Познавательная деятельность
- Проблемно – ценностное общение

Формы внеурочной деятельности:

Общеинтеллектуальное:

- Ролевые игры;
- Дискуссии;
- Практикум.

Социальное:

- Беседы;
- Дискуссии;
- Психологические упражнения;
- Консультации;
- Тренинги.

Тематическое планирование коррекционно-развивающего курса

Цифровые образовательные ресурсы:

<https://uchi.ru/?ysclid=lnD3lke1a6724115034>

№	Тема	Деятельность учащихся
1.	«Что значит научи себя сам». Самооценка учащегося.	- отвечают на поставленные вопросы, анализируют ситуации. - отвечают на вопросы по методике Дембо-Рубинштейна «Лесенка» направленные на

	<p>Уровень школьной мотивации</p> <p>Эмоциональное состояние.</p>	<p>выявление уровня самооценки.</p> <p>- отвечают на вопросы по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н. Лускановой направленные на изучение развития уровня школьной мотивации.</p> <p>- выполняют задание по методике «Цветовой тест М. Люшера» на выявление эмоционального состояния учащегося.</p>
2.	<p>Кратковременная и долговременная память.</p> <p>Уровень школьной тревожности.</p>	<p>- выполняют задание по методике «Заучивание 10 слов» А.Л. Лурия направленные на выявление развития кратковременной и долговременной памяти.</p> <p>- отвечают на вопросы по методике «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса» направленные на изучение уровней и характера проявления школьной тревожности.</p>
3.	<p>Особенности внимания.</p>	<p>- выполняют задания по методике В.Н. Горбова «Красно-чёрная таблица» направленные на оценку прекращения и распределения внимания.</p> <p>- выполняют задания по методике «Корректирующая проба» Бурдона направленные на изучение уровня концентрации и устойчивости внимания.</p> <p>- выполняют задания по методике «Прогрессивные матрицы Равена» направленные на изучение степени развития невербального мышления.</p>
4.	<p>Интеллектуальное развитие</p>	<p>- выполняют задания по методике «Тест умственного развития» Р.Атхауэра с целью изучения развития операций мышления.</p>
5	<p>Личностные качества.</p> <p>Переключение внимания.</p> <p>Мышление (синтез, анализ через синтез).</p>	<p>- выполняют задания «Говорящая надпись», «Называйте и считайте», «Три слова», «Составьте слова», направленные на формирование личностных качеств, развитие переключение внимания и мыслительных операций синтеза и анализа.</p>
6	<p>Рефлексия чувств.</p> <p>Пространственные представления.</p> <p>Гибкость мышления, анализ через синтез.</p>	<p>- выполняют задания «Какие мы разные», «Представьте куб», «Замени цифры символами», «Отгадайте слова», направленные на рефлексию чувств, развитие пространственного представления, мыслительной операции (анализ через синтез).</p>
7	<p>Личностные качеств. Внутренний план действий. Мышление (абстрагирование, вербальный анализ).</p>	<p>- выполняют задания «Я узнаю себя», «Муха», «говорим по-марсиански», «объясните греческие слова» направленные на рефлексию чувств, развитие внутреннего плана действия, мыслительных операций абстрагирования и вербального анализа.</p>
8	<p>Личностные качества.</p> <p>Пространственные представления.</p>	<p>- выполняют задания «Я-ромашка», «Необычные ножницы», «Найди фигуры»,</p>

	Мышление (гибкость, установление закономерностей).	«Забавные омонимы», направленные на развитие рефлексии чувств, пространственных представлений, гибкости мышления, установление закономерностей.
9	Рефлексия личностных качеств Внимание в условиях коллективной деятельности. Мышление (гибкость, установление сходства, противоположности).	- выполняют задания «Что я могу сказать о себе хорошее», «Делаем вместе», «Способы применения предметов», «Выберите синонимы и антонимы», направленные на развитие рефлексии личностных качеств, внимания в условиях коллективной деятельности, гибкости мышления, установление сходства, противоположности.
10.	Рефлексия собственных чувств. Мышление (установление закономерностей, сходства, противоположности, различия).	- выполняют задания «Что я чувствую», «Найди фигуры», направленные на развитие рефлексии собственных чувств, мышления (установление закономерностей, сходства, противоположности и различия).
11.	Секреты успешной домашней работы.	- заполняют таблицу «Мой план», в процессе выполнения, учащиеся развивают умения выделять главное, ставить цель.
12.	Пространственные представления. Вербальное мышление (выделение существенных признаков). Умение различать эмоциональные состояния.	- выполняют задания «Ошибки в изображениях», «Существенные и несущественные признаки», «Такие разные лица» направленные на развитие пространственных представлений, умений выделять существенные признаки, умений различать эмоциональные состояния.
13.	Виды вербальных реакций. Устойчивость внимания. Мышление (гибкость).	- выполняют задания «Какие слова легче», «Стенографы», «Замените символы цифрами», «Объясните поговорки», направленные на развитие умений различать виды вербальных реакций, развитие устойчивости внимания и гибкости мышления.
14.	Мышление (установление закономерностей). Вербальное мышление. Умения различать виды поведения.	- выполняют задания «Найдите фигуры», «Выразите разными словами», «Кто это?» направленные на развитие установления закономерностей, преобразование предложений без изменения смысла, умения различать виды поведения.
15.	Внимание (устойчивость). Вербальное мышление (определение понятий). Умения различать разные формы поведения.	- выполняют задания «Делаем вместе», «Какое это понятие», «Как попросить и отказать», направленные на развитие устойчивости внимания в условиях коллективной деятельности, вербального мышления (определение понятий), умения различать разные формы поведения.
16.	Как подготовиться к новому учебному дню.	- составляют план выполнения домашней работы с целью развития умений распределять время и контролировать его, анализировать и планировать свои дела.
17.	Типы акцентуации личности	- отвечают на вопросы по методике

		«Личностный опросник Г. Шмишека», направление на выявление ведущих типов акцентуаций характера учащегося.
18.	Внутренний план действий. Логическое мышление (установление отношений между понятиями). Эмоциональная сфера.	- выполняют задания «Муха», «Сравниваем понятия», «Как преодолеть плохое настроение», направленные на развитие внутреннего плана действия, установления отношений между понятиями, эмоциональной сферы.
19.	Внимание (устойчивость). Пространственные представления. Логическое мышление (установление отношений между понятиями). Умения различать виды поведения	- выполняют задания «Стенографы» «Дополните до куба», «Сравниваем понятия», направленные на развитие устойчивости внимания, пространственных представлений, логического мышления (установление отношений между понятиями), умений различать виды поведения
20.	Пространственные представления. Логическое мышление (деление понятий). Умения различать разные формы поведения.	- выполняют задания «Перекрёсток», «Деление понятий», «Вылепи фигуру», направленные на развитие пространственных представлений, логического мышления (деление понятий), умений различать разные формы поведения.
21.	Воображение. Логических формы вербального мышления. Рефлексия личностных качеств.	- выполняют задания «Рисуем в уме», «Определите вид суждения», «Что я могу сказать о себе хорошее?», направленные на развитие воображения, определения видов суждений, рефлексии личностных качеств.
22.	Пространственные представления. Мышление (установление закономерностей). Логические формы вербального мышления. Перцептивно-эмоциональная сфера.	- выполняют задания «Переворот фигур», «Найдите фигуры», «Измените форму, ни меня содержания», «Угадайте выражения лица», направленные на развитие пространственных представлений, установление закономерностей, логических форм вербального мышления, перцептивно- эмоциональной сферы.
23.	Мышление (гибкость и анализ через синтез). Логические формы вербального мышления. Перцептивно-эмоциональная сфера.	- выполняют задания «Замени цифры буквами», «Измените форму, не меняя содержания», «Угадай выражения лица», направленные на развитие мышления (гибкость и анализ через синтез), логических форм вербального мышления, перцептивно- эмоциональной сферы.
24.	Перцептивно-эмоциональная сфера. Пространственные представления. Логические формы вербального мышления.	- выполняют задания «Учимся различать эмоции», «Переворот фигур», «Измените форму, ни меня содержания», направленные на развитие перцептивно-эмоциональной сферы, пространственных представлений, логических форм вербального мышления.
25.	Анализ и синтез. Работа с текстом.	- делят художественные тексты на смысловые части, направленное на развитие умений анализировать текст, делить текст на смысловые части.

26.	Внимание. Логические формы вербального мышления. Тренинг поведения в конфликтных ситуациях	- выполняют задания «Называйте и считайте», «А что сказал бы ты?», направленные на развитие внимания, логических форм вербального мышления. - принимают участие в тренинге поведения в конфликтных ситуациях.
27.	Рефлексия собственных личностных качеств. Мышление (гибкость). Логические формы вербального мышления.	- выполняют задания «Я-ромашка», «Учимся рассуждать», направленные на развитие собственных личностных качеств гибкости мышления, логических форм вербального мышления.
28.	Мышление (установление закономерностей). Логические формы вербального мышления. Рефлексия личностных качеств.	- выполняют задания «Найдите фигуры», «Учимся рассуждать», «Что я могу сказать о себе хорошее?», направленные на развитие мышления (установление закономерностей), логических форм вербального мышления, рефлексии личностных качеств.
29.	Понимание переносного смысла пословиц и поговорок	- выполняют задание «Продолжи фразу», направленное на развитие понимания переносного смысла пословиц, умения устанавливать ассоциативные связи.
30.	Самооценка учащегося. Уровень школьной мотивации Эмоциональное состояние.	- отвечают на вопросы по методике Дембо-Рубинштейна «Лесенка» направленные на выявление уровня самооценки. - отвечают на вопросы по методике «Оценка уровня школьной мотивации» Н. Лускановой направленные на изучение развития уровня школьной мотивации. - выполняют задание по методике «Цветовой тест М. Люшера» на выявление эмоционального состояния учащегося.
31.	Кратковременная и долговременная память. Уровень школьной тревожности.	- выполняют задание по методике «Заучивание 10 слов» А.Л. Лурия направленные на выявление развития кратковременной и долговременной памяти. - отвечают на вопросы по методике «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса» направленные на изучение уровней и характера проявления школьной тревожности.
32.	Особенности внимания.	- выполняют задания по методике В.Н. Горбова «Красно-чёрная таблица» направленные на оценку переключения и распределения внимания. - выполняют задания по методике «Корректурная проба» Бурдона направленные на изучение уровня концентрации и устойчивости внимания. - выполняют задания по методике «Прогрессивные матрицы Равена» направленные на изучение степени развития невербального мышления.

33.	Интеллектуальное развитие	- выполняют задания по методике «Тест умственного развития» Р.Атхауэра с целью изучения развития операций мышления.
34.	Мои успехи в учёбе. «Чему я научился на занятиях».	- выполняют задание, направленное на оценку своих успехов и достижений. - осуществляют самоанализ успешности прохождения курса.

**Календарно-тематическое планирование
коррекционно-развивающего курса
7А класс
на 2023-2024 учебный год
Педагог-психолог: Плеханов В.Ю.**

№	Тема	Дата план	Дата факт
1.	«Что значит научи себя сам». Самооценка учащегося. Уровень школьной мотивации. Эмоциональное состояние.	03.09	
2.	Кратковременная и долговременная память. Уровень школьной тревожности.	10.09	
3.	Особенности внимания.	17.09	
4.	Интеллектуальное развитие	24.09	
5	Личностные качества. Переключение внимания. Мышление (синтез, анализ через синтез).	01.10	
6	Рефлексия чувств. Пространственные представления. Гибкость мышления, анализ через синтез.	08.10	
7	Личностные качеств. Внутренний план действий. Мышление (абстрагирование, вербальный анализ).	15.10	
8	Личностные качества. Пространственные представления. Мышление (гибкость, установление закономерностей).	22.10	
9	Рефлексия личностных качеств. Внимание в условиях коллективной деятельности. Мышление (гибкость, установление сходства, противоположности).	12.11	
10.	Рефлексия собственных чувств. Мышление (установление закономерностей, сходства, противоположности, различия).	19.11	
11.	Секреты успешной домашней работы.	26.11	
12.	Пространственные представления. Вербальное мышление (выделение существенных признаков). Умение различать эмоциональные состояния.	03.12	
13.	Виды вербальных реакций. Устойчивость внимания. Мышление (гибкость).	10.12	
14.	Мышление (установление закономерностей). Вербальное мышление. Умения различать виды поведения.	17.12	
15.	Внимание (устойчивость). Вербальное мышление (определение понятий). Умения различать разные формы поведения.	24.12	
16.	Как подготовиться к новому учебному дню.	14.01	
17.	Типы акцентуации личности	21.01	
18.	Внутренний план действий. Логическое мышление (установление отношений между понятиями). Эмоциональная сфера.	28.01	
19.	Внимание (устойчивость). Пространственные представления. Логическое мышление (установление отношений между понятиями). Умения различать виды поведения	04.02	

20.	Пространственные представления. Логическое мышление (деление понятий). Умения различать разные формы поведения.	11.02	
21.	Воображение. Логических формы вербального мышления. Рефлексия личностных качеств.	18.02	
22.	Пространственные представления. Мышление (установление закономерностей). Логические формы вербального мышления. Перцептивно-эмоциональная сфера.	25.02	
23.	Мышление (гибкость и анализ через синтез). Логические формы вербального мышления. Перцептивно-эмоциональная сфера.	04.03	
24.	Перцептивно-эмоциональная сфера. Пространственные представления. Логические формы вербального мышления.	11.03	
25.	Анализ и синтез. Работа с текстом.	18.03	
26.	Внимание. Логические формы вербального мышления. Тренинг поведения в конфликтных ситуациях	02.04	
27.	Рефлексия собственных личностных качеств. Мышление (гибкость). Логические формы вербального мышления.	09.04	
28.	Мышление (установление закономерностей). Логические формы вербального мышления. Рефлексия личностных качеств.	16.04	
29.	Понимание переносного смысла пословиц и поговорок	23.04	
30.	Самооценка учащегося. Уровень школьной мотивации Эмоциональное состояние.	30.04	
31.	Кратковременная и долговременная память. Уровень школьной тревожности.	06.05	
32.	Особенности внимания.	13.05	
33.	Интеллектуальное развитие	20.05	
34.	Мои успехи в учёбе. «Чему я научился на занятиях».	27.05	