

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: 8

г. Нефтеюганск

Пояснительная записка

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, 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. 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

№	Тема	Кол-во часов	Деятельность учащихся	Форма проведения занятий	Учет программы воспитания	ЦОР
1.	«Что значит уметь учиться». Самооценка учащегося. Уровень школьной мотивации. Эмоциональное состояние. Кратковременная и долговременная память.	1	- отвечают на поставленные вопросы, анализируют ситуации. - 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. - выполняют задание по методике «Заучивание 10 слов» А.Л. Лурия направленные на выявление развития кратковременной и долговременной памяти.	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 http://pedsovet.org http://methodist.ru http://ns.portal.ru http://pedlib.ru

2.	Особенности внимания. Уровень школьной тревожности.	1	- выполняют задания по методике В.Н. Горбова «Красно-чёрная таблица» направленные на оценку переключения и распределения внимания. - выполняют задания по методике «Корректирующая проба» Бурдона направленные на изучение уровня концентрации и устойчивости внимания. - выполняют задания по методике «Прогрессивные матрицы Равена» направленные на изучение степени развития невербального мышления. - отвечают на вопросы по методике «Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса» направленные на изучение уровней и характера проявления школьной тревожности.	Тестирование		http://koob.ru https://uchi.ru/?ysclid=1nd3lke1a6724115034
3.	Интеллектуальное развитие. Как подготовиться к новому учебному дню.	1	- выполняют задания по методике «Тест умственного развития» Р. Атхауэра с целью изучения развития операций мышления. - составляют план	Тестирование		

			выполнения домашней работы с целью развития умений распределять время и контролировать его, анализировать и планировать свои дела.			
4.	Внимание. Пространственные представления. Логическое мышление. Различные виды поведения.	1	- выполняют задание «Стенографы» направленные на развитие устойчивости внимания; - выполняют задание «Дополните до куба», направленные на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Сравниваем понятия», направленные на развитие умений установления отношений между понятиями; - выполняют задание, направленные на развитие умений различать виды поведения.	Практическое занятие		
5	Внутренний план действий. Логическое мышление. Эмоциональная сфера.	1	- выполняют задания «Муха», направленные на развитие внутреннего плана действия; - выполняют задания «Сравниваем понятия», направленные на развитие умений установления	Практическое занятие		

			отношений между понятиями; выполняют задания «Как преодолеть плохое настроение», направленные на развитие эмоциональной сферы.			
6	Рефлексия личностных качеств. Гибкость мышления. Установление сходства и противоположности.	1	- выполняют задания «Что я могу сказать о себе хорошее», направленные на развитие рефлексии личностных качеств; - выполняют задания «Способы применения предметов», направленные на развитие гибкости мышления; - выполняют задания «Выберите синонимы и антонимы», направленные на развитие умений установления сходства и противоположности.	Практическое занятие		
7	Воображение. Логическое мышление. Рефлексия личностных качеств.	1	- выполняют задания «Придумайте предметы», направленные на развитие воображения; - выполняют задания «Разделите понятия», направленные на развитие умений по делению понятий; - выполняют задания	Практическое занятие		

			«Говорящая надпись», направленное на развитие рефлексии собственных личностных качеств.			
8	Внутренний план действий. Логическое мышление. Эмоциональная сфера.	1	- выполняют задание «Муха», направленное на развитие внутреннего плана действий; - выполняют задание «Сравниваем понятия», направленное на развитие установления отношений между понятиями; - выполняют задание «Как преодолеть плохое настроение?», направленное на развитие эмоциональной сферы.	Практическое занятие		
9	Логическое мышление. Различные виды поведения.	1	- выполняют задание «Найдите фигуры», направленное на развитие умения установления закономерностей между понятиями; - выполняют задание «Сравниваем понятия», направленное на развитие установления отношений часть - целое и целое - его часть, обобщение и конкретизацию; - выполняют задание «Какое бывает	Практическое занятие		

			поведение?», направленное на развитие умения различать различные виды поведения.			
10.	Типы акцентуации личности Уровень проявления агрессии.	1	- отвечают на вопросы по методике «Личностный опросник» Г. Шмишека, направление на выявление ведущих типов акцентуаций характера учащегося. - отвечают на вопросы по методике «Опросник Басса-Дарки» с целью изучения проявления агрессии у учащегося.	Тестирование		
11.	Устойчивость внимания. Пространственные представления. Логическое мышление. Различные виды поведения.	1	- выполняют задание «Стенографы», направленное на развитие устойчивости внимания; - выполняют задание «Дополните до куба», направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Сравниваем понятия», направленное на развитие установление отношений между понятиями; - выполняют задание «Кто это?».	Практическое занятие		

			направленное на развитие умения различать виды поведения.			
12.	Воображение. Логическое мышление. Рефлексия собственных личностных качеств.	1	- выполняют задание «Придумайте предметы», направленное на развитие воображения. - выполняют задание «Разделите понятия», направленное на развитие умений по делению понятий; - выполняют задание «Говорящая надпись», направленное на развитие рефлексии личностных качеств.	Практическое занятие		
13.	Пространственные представления. Логическое мышление. Разные формы поведения.	1	- выполняют задание «Перекресток», направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Деление понятий», направленное на развитие умений по делению понятий; - выполняют задание «Вылепите фигуру», направленное на развитие умений различать формы поведения.	Практическое занятие		

14.	Поведение в конфликтных ситуациях	1	- отвечают на вопросы по методике «Тест описания поведения» К. Томаса с целью выявления способов урегулирования конфликтов. - выполняют задания на развитие навыков поведения в конфликтных ситуациях.	Тестирование Практическое занятие		
15.	Воображение. Логические формы вербального мышления. Рефлексия личностных качеств.	1	- выполняют задание направленное «Рисуем» в уме», направленное на развитие воображения; выполняют задание «Определите вид суждения» направленное на развитие определения видов суждений; выполняют задание «Что я могу сказать о себе хорошее?», направленное на развитие умений рефлексии личностных качеств.	Практическое занятие		
16.	Рефлексия собственных личностных качеств. Логические формы вербального мышления.	1	выполняют задание «Я - ромашка», направленное на развитие умений рефлексии личностных качеств; - выполняют задание «Учимся рассуждать»	Практическое занятие		

			направленное на развитие гибкости мышления, логических форм вербального мышления.			
17.	Анализ и синтез. Работа с текстом.	1	- делят художественные тексты на смысловые части, направленное на развитие умений анализировать текст, делить текст на смысловые части.	Практическое занятие		
18.	Пространственные представления. Логических формы вербального мышления. Перцептивно-эмоциональная сфера.	1	- выполняют задание «Переворот фигур», направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Найдите фигуры», направленное на развитие умений установления закономерностей; - выполняют задание «Измените форму, не меняя содержания», направленное на развитие логических форм вербального мышления; - выполняют задание «Угадайте выражение лица», направленное на развитие перцептивно-эмоциональной сферы.	Практическое занятие		

19.	Перцептивно-эмоциональная сфера. Пространственные представления. Логические формы вербального мышления.	1	- выполняют задание «Учимся различать эмоции», направленное на развитие перцептивно-эмоциональной сферы; - выполняют задание «Переворот фигур» направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Измените форму, не меняя содержания», направленное на развитие логических форм вербального мышления.	Практическое занятие		
20.	Воображение. Перцептивно-эмоциональная сфера. Логические формы вербального мышления.	1	- выполняют задание «Соедините точки», направленное на развитие воображения; - выполняют задание «Учимся различать эмоции», направленное на развитие перцептивно-эмоциональной сферы; - выполняют задание «Измените форму, не меняя содержания», направленное на развитие логических форм вербального мышления.	Практическое занятие		

21.	Внимание. Логические формы вербального мышления. Поведение в конфликтных ситуациях.	1	- выполняют задание «Называйте и считайте», направленное на развитие внимания; - выполняют задание «Учимся рассуждать», направленное на развитие логических форм вербального мышления; - выполняют задание «А что сказал бы ты?», направленное на формирование навыков конструктивного поведения конфликтных ситуациях.	Практическое занятие		
22.	Установление закономерностей. Логические формы вербального мышления. Поведение в конфликтной ситуации.	1	- выполняют задание «Найдите фигуру», направленное на развитие умений установления закономерностей; - выполняют задание «Учимся рассуждать», направленное на развитие логических форм вербального мышления; - выполняют задание «А что сказал бы ты?», направленное на формирование навыков конструктивного поведения конфликтных ситуациях.	Практическое занятие		

23.	Понимание переносного смысла пословиц и поговорок.	1	- выполняют задание «Продолжи фразу», направленное на развитие понимания переносного смысла пословиц, умения устанавливать ассоциативные связи.	Практическое занятие		
24.	Пространственные представления. Логические формы вербального мышления Поведение в конфликтной ситуации.	1	- выполняют задание «Переворот фигур», направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Учимся рассуждать», направленное на развитие логических форм вербального мышления; - выполняют задание «А что сказал бы ты?», направленное на формирование навыков конструктивного поведения конфликтных ситуациях.	Практическое занятие		
25.	Установление закономерностей. Логические формы вербального мышления. Рефлексия личностных качеств.	1	- выполняют задание «Найдите фигуры», направленное на развитие умений установления закономерностей; - выполняют задание «Учимся рассуждать», направленное на развитие логических форм	Практическое занятие		

			вербального мышления; - выполняют задание «Что я могу сказать о себе хорошее?», направленное на развитие рефлексии личностных качеств.			
26.	Зрительная опосредованная память. Логическое мышление. Произвольность движений.	1	- выполняют задание «Запомни фигуры», направленное на развитие зрительной опосредованной памяти; - выполняют задание «Логический квадрат», направленное на развитие логического мышления; - выполняют задание «Соедини точки», направленное на развитие произвольности движений.	Практическое занятие		
27.	Ассоциативное и обобщающее мышление. Воображение.	1	- выполняют задание «Свяжи слова», направленное на развитие мышления; - выполняют задание «Найди четвертый лишний», направленное на развитие обобщающего мышления; выполняют задание «Закончи рисунок», направленное на развитие воображения.	Практическое занятие		

28.	Зрительная память. Вербальное мышление. Пространственные представления.	1	- выполняют задание «Запомни сочетания фигур», направленное на развитие зрительной памяти; - выполняют задание «Раздели на группы», направленное на развитие вербального мышления; - выполняют задание «Фигуры и значки», направленное на развитие пространственных представлений.	Практическое занятие		
29.	Пространственные представления. Вербальное мышление. Зрительная память.	1	- выполняют задание «Учись уменьшать и увеличивать», направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Объедини пословицы», направленное на развитие вербального мышления; - выполняют задание «Запомни и нарисуй», направленное на развитие зрительной памяти.	Практическое занятие		
30.	Внутренний план действий. Чувство времени. Опосредованная память.	1	- выполняют задание «Совмести фигуры», направленное на развитие внутреннего плана действия;	Практическое занятие		

			- выполняют задание «За одну минуту», направленное на развитие чувства времени; - выполняют задание «Письмо инопланетянина», направленное на развитие опосредованной памяти.			
31.	Слуховая память. Пространственные представления. Произвольность движений.	1	- выполняют задание «Добавь слово», направленное на развитие слуховой памяти; - выполняют задание «Раскрась фигуру», направленное на развитие пространственных представлений; - выполняют задание «Фигурки», направленное на развитие произвольности движений.	Практическое занятие		
32.	Вербальное мышление. Пространственные представления. Воображение.	1	- выполняют задание «Подбери слова» направленное на развитие вербального мышления; - выполняют задание «Найди недостающий квадрат», направленное на развитие пространственных представлений;	Практическое занятие		

			- выполняют задание «Закончи рисунки», направленное на развитие воображения.			
33.	Самооценка учащегося. Уровень школьной мотивации. Эмоциональное состояние. Кратковременная и долговременная память. Уровень школьной тревожности.	1	- 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. - 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»	Тестирование		

			направленные на изучение уровней и характера проявления школьной тревожности.			
34.	Особенности внимания. Интеллектуальное развитие Мои успехи в учёбе. «Чему я научился на занятиях».	1	- выполняют задания по методике В.Н. Горбова «Красно-чёрная таблица» направленные на оценку прерывания и распределения внимания. - выполняют задания по методике «Корректирующая проба» Бурдона направленное на изучение уровня концентрации и устойчивости внимания. - выполняют задания по методике «Прогрессивные матрицы Равена» направленные на изучение степени развития невербального мышления. - выполняют задания по методике «Тест умственного развития» Р. Аткинсона с целью изучения развития операций мышления. - выполняют задание, направленное на оценку своих успехов и достижений. - осуществляют	Тестирование Практическое занятие		

			самоанализ успешности прохождения курса.			
--	--	--	---	--	--	--