

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 95 города Тюмени имени Константина Дмитриевича Ушинского**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет	Коррекция эмоционально-волевой сферы
Класс	5 (1 вариант обучения)
Количество часов в год	68 часов
Количество часов в неделю	2 часа

Тюмень
2023

1. Пояснительная записка

Настоящая программа разработана и составлена на основе программы курса коррекционных занятий для обучающихся 5 классов:

1. Л.А.Метиева, Э.Я.Удалова. Развитие сенсорной сферы детей. М., Просвещение, 2009;
2. Программа «Обучение детей с умеренной и выраженной умственной отсталостью в 5-9 классах» (сост.: Баширова Т.Б.ИПКРО, Иркутск,2011.)
3. Пылаева Н.М., Ахутина Г.В. Школа внимания. Методика развития и коррекции внимания у детей 5-7 лет. М., 2001.
4. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. М., 2003.

Настоящая программа составлена в соответствии с учебным планом школы.

Продолжительность занятий 20 минут. Занятия проводятся с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Программа разработана в соответствии с следующих законодательных и правовых документов:

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) "Об образовании в Российской Федерации"

Концепция Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Рекомендации по осуществлению государственного контроля качества образования детей с ограниченными возможностями здоровья (проект, разработанный в рамках государственного контракта от 07.08.2013 № 07.027.11.0015)

Письмо Минобрнауки России от 28.10.2014 г. №. № ВК-2270/07 «О сохранении системы специализированного коррекционного образования»

Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 N ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»).

Настоящий курс коррекционных занятий предназначен для учащихся 5 классов общеобразовательных учреждений обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по Варианту 1.

Цель программы: коррекция познавательной, эмоционально-волевой сферы подростков с умственной отсталостью, повышение самостоятельности и расширение возможности их общения в современном обществе, через преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Задачи программы:

- развитие внимания, памяти, мышления, пространственных представлений;
- сплочение группы, освоение навыков работы в коллективе;
- создание благоприятного психологического климата;
- оснащение коммуникативными навыками и обучение способам выражения эмоций (тревога, агрессия, положительные эмоции и др.);
- формирование образа «Я», навыков самопознания;

- формирование положительных межличностных взаимоотношений между детьми, на основе которых каждый ребенок смог быть успешно социализироваться;

- мотивация подростков на обращение к своему внутреннему миру, на анализ собственных поступков;

- развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

Методы и формы реализации программы:

Для реализации поставленных целей выбрана групповая форма работы. В ходе занятий использовались следующие методические средства:

1. Арт – методы, т.к. изобразительная деятельность выступает инструментом коммуникации, позволяя ребенку восполнит дефицит общения и построить более гармоничные взаимоотношения с миром. Во многих случаях работа с изобразительными материалами позволяет получить седативный эффект и снимает эмоциональное напряжение.

2. Игротерапия - позволяет моделировать систему социальных отношений в наглядно – действенной форме в особых игровых условиях, возрастает мера социальной компетентности, развивается способность к разрешению проблемных ситуаций; формируются равноправные партнерские взаимоотношения ребенка со сверстниками, что обеспечивает возможность позитивного личностного развития. Игротерапия позволяет организовать поэтапную отработку в игре новых, более адекватных способов ориентировки ребенка в проблемных ситуациях, происходит постепенное формирование способности ребенка к произвольной регуляции деятельности на основе подчинения поведения системе правил, регулирующих выполнение роли, и правил, регулирующих поведение в игровой команде. Создание ситуации успеха помогает более эффективно усвоению получаемых знаний. Наибольшей привлекательностью обладают ролевые игры. Однако самым слабым звеном у наших детей является развитие речи. Детям трудно выражать свои мысли и чувства, обращаться к другим, получать обратную связь, поэтому в программу включены постановка известных сказок и придумывание своих с последующим их проигрыванием.

3. Сказкотерапия – это метод психологической коррекции, помогающий развитию гармоничной личности и решению индивидуальных проблем. Инструментом данной терапии выступает сказка, позволяющая на примере героев проследить особенности поведения и поступков, разобрать конкретную жизненную ситуацию.

4. Психогимнастика - в основе лежит использование двигательной экспрессии. Основная цель – преодоление барьеров в общении, создание доброжелательной атмосферы, развитию лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Содержание программы.

1. Развитие и коррекция познавательной сферы:

- развитие внимания, памяти, мышления;

- приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков;

- формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения;

- становление понятийного аппарата и основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения и обобщения;

- расширение словарного запаса.

2. Самопознание. Что я знаю о себе:

- формирование способности к самопознанию; зачем нужно знать себя, свое тело, свой внутренний мир;

- умение определять личностные качества свои и других людей;

- формирование адекватной самооценки;

- достоинства и недостатки;

- навыки осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями;

3. Развитие коммуникативных навыков. Я и другие:

- становление умения владеть средствами общения;
- формирование установок на взаимодействие и доброжелательное отношение к одноклассникам;
- формирование коллективного обсуждения заданий;
- установление позитивных взаимоотношений с окружающими: выслушивать товарищей, корректно выражать свое отношение к собеседнику;
- способности выражения собственного мнения, формирование позитивного образа «Я».

4. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы:

- чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние;
- формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния;
- понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости;
- отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых;
- понятие группового давления и принятие собственного решения;
- формирование навыков выражения и отстаивания собственного мнения;
- поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению;
- понятие насилия и права защищать свои границы;
- формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя;
- понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций;
- коррекция агрессивности обучающихся.

Программа рассчитана на 1 учебный год. На освоение курса коррекционных занятий отводится 68 часа в год, из расчёта по 2 часа в неделю.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название раздела, темы	Всего часов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
1	Раздел 1. «Эмоции и чувства»	6	<ul style="list-style-type: none"> -Упражнение – графическая беседа «Круг воли»; -Упражнение «Трудный разговор»; -Упражнение «Узнавание эмоций»; -Упражнение «Твое настроение»; -Упражнение «Куда уходит злость»; -Упражнение «Чувствую – себя – хорошо».
2	Раздел. Познай себя	16	<ul style="list-style-type: none"> -Упражнение «Замороженные»; -Упражнение «Розовый куст»; -Упражнение с элементами тренинга «Я»; -Упражнение «Мое напряжение»; -Упражнение с элементами тренинга «Оптимист, пессимист, шут»; - Упражнение «Мусорное ведро»; - Упражнение «Кто Я?»
3	Раздел 3. Как мы познаём мир	16	<ul style="list-style-type: none"> - Тест «Твоя эмоциональность»; - Упражнение с элементами тренинга «Мое отражение»; - Упражнение «Автопилот»; - Беседа «Самопринятие»; - Просмотр тематического видеоролика «Эмоции и чувства» ; - Упражнение «Цветик семицветик»; - Упражнение «Чемодан»; - Тренинг «Страхов нет».
4	Раздел 4. Я среди людей	16	<ul style="list-style-type: none"> -Упражнение «Цветы»; - Просмотр видеоролика «Для всех позитивный настрой на каждый день»; -Упражнение с элементами тренинга «Учусь управлять собой»; - Просмотр видеоролика «Мир профессий» ; - Беседа «Профессия мечты»; - Упражнение с элементами тренинга «Я и мир вокруг»; -Упражнение с элементами тренинга «Мое отражение»; -Упражнение «Чувствую – себя – хорошо».

5	Раздел 5. Обобщение	14	Упражнение «Это Я! Какой Я?» - Упражнение с элементами тренинга «Что Я могу подарить миру» - Просмотр тематического видеоролика «Я контролирую эмоции»; - Групповая игра «Город профессий»; - Упражнение с элементами тренинга «Как я выберу свой путь» - Упражнение «Автопилот»;
---	---------------------	----	--

Календарно-тематическое планирование
по «Коррекции эмоционально-волевой сферы» 5 класс

№	Дата	Тема урока	Планируемые результаты освоения учебного материала	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся	Коррекционная работа
Раздел 1. «Эмоции и чувства» (6 часов)					
1	05.09.23	Психолого-педагогическое обследование детей.	<ul style="list-style-type: none"> -уметь рассказывать о себе и своем социальном окружении; -знать о существовании собственных индивидуальных особенностей и особенностей своих сверстников; -понимать и описывать свои желания и чувства; -выражать определённые эмоциональные состояния различными способами; -устанавливать связь между эмоциональным состоянием и событием; -контролировать свои эмоциональные реакции; -умение соблюдать очередность в совместной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> -Формировать представления о правилах выражения эмоций и чувств. -Раскрыть понятия: воля, сила воли, волевые качества. - Развивать способности принимать эмоциональное состояние окружающих людей, возможности к самовыражению, снятие барьеров в общении. - развитие внимания, памяти, мышления; - приобретение знаний об окружающей действительности, способствующих улучшению социальных навыков; - формирование развернутой монологической и диалогической речи. Умения правильно и последовательно излагать свои мысли, соблюдая правила построения сообщения; 	<p>Анализ актуального состояния посредством: Методика «Разрезная картинка» (С.Д.Забрамной); «Восприятие и понимание содержания текста (С.Д. Забрамной); Методика «4-й лишний» (невербально/вербально); Методика «Классификация»; «Последовательные картинки» (А.Н. Бернштейн); «10 слов» (методика А.Р. Лурия); Методика «Зрительная произвольная память»; Методика «Сравни картинки»; Методика Пьерона – Рузера; «Графический диктант» (Д.Б.Эльконин); Методика «Беседа о школе» (Нежновой); «Лесенка» (В.Г.Щур); Оценка степени психосоциальной зрелости (тест разработан С.А.Банковым); Методика «Несуществующее животное»; Методика «Дом-Дерево-Человек»</p> <ul style="list-style-type: none"> -Упражнение – графическая беседа «Круг воли»; -Упражнение «Трудный разговор»; -Упражнение «Узнавание эмоций»; -Упражнение «Твое настроение»; -Упражнение «Куда уходит злость»; -Упражнение «Чувствую – себя – хорошо».
2	07.09.23	Психолого-педагогическое обследование детей. Часть 2.			
3	12.09.23	«Способы выражения чувств»			
4	14.09.23	«Желания и чувства»			
5	19.09.23	«Я не беспокоюсь!»			
6	21.09.23	«Избавляемся от негатива»			
Раздел 2. Познай себя (16 часов)					
7	26.09.23	«Прощай тревожность»	<ul style="list-style-type: none"> - сформированное представление детей о себе - развитие положительного образа «Я» 	<ul style="list-style-type: none"> - Раскрытие понятий: положительные эмоции, эмоциональный фон, дружба, общение, друзья; 	<ul style="list-style-type: none"> -Упражнение «Замороженные»; -Упражнение «Розовый куст»; -Упражнение с элементами тренинга «Я»; -Упражнение «Мое напряжение»;
8	28.09.23	«Я рад вам!»			
9	03.10.23	«Я рад вам!» Часть 2.			

10	05.10.23	«Словарь эмоций»	- интерес к другому человеку	- содействовать развитию положительного образа «Я»	-Упражнение с элементами тренинга «Оптимист, пессимист, шут»; - Упражнение «Мусорное ведро»; - Упражнение «Кто Я?»
11	10.10.23	«Я контролирую свои эмоции!»	- положительный эмоциональный фон;	- способствовать самовыражению детей	
12	12.10.23	«Я контролирую свои эмоции!» Часть 2.	- улучшение общения со сверстниками	- содействовать улучшению общения со сверстниками	
13	17.10.23	«Новый день- новые эмоции»	- развитие самоконтроля	- содействовать развитию самоконтроля;	
14	19.10.23	«Я хороший просто так!»		-развивать представления детей о себе	
15	24.10.23	«Учимся принимать проблемные ситуации»		- содействовать развитию положительного образа «Я»	
16	26.10.23	«Ищем выходы из проблемных ситуаций»		- стимулировать интерес к другому человеку - создать положительный эмоциональный фон; -создание целостного отношения ребенка к проблемной ситуации, получение опыта рассмотрения проблемы с разных точек зрения. - формирование способности к самопознанию; зачем нужно знать себя, свое тело, свой внутренний мир; - умение определять личностные качества свои и других людей; - формирование адекватной самооценки; - достоинства и недостатки; - навыки осуществления контроля за своей деятельностью, овладение контрольно-оценочными действиями;	
Раздел 3. Как мы познаём мир (16 часов)					
17	07.11.23	«Какой я?»	- сформированное представление детей об эмоциональных	-развивать представления детей об эмоциональных состояниях	- Тест «Твоя эмоциональность»;
18	09.11.23	«Свет мой зеркальце скажи...»			- Упражнение с элементами тренинга «Мое

19	14.11.23	«Я могу быть разным»	состояниях (радость, грусть)	(страх)	отражение);
20	16.11.23	«Я могу быть разным» Часть 2.	- развитая способность выражать	- предоставить ребенку	- Упражнение «Автопилот»;
21	21.11.23	«Бояться можно»	эмоциональное состояние с	возможность для актуализации	- Беседа «Самопринятие»;
22	23.11.23	«Бояться можно» Часть 2.	помощью мимики, позы, жестов,	своего страха;	- Просмотр тематического видеоролика
23	28.11.23	«Я непобедим!»	походки	- способствовать осознанию	«Эмоции и чувства» ;
24	30.11.23	«Учимся просить и принимать	- сформированный навык	страха как нормального	- Упражнение «Цветик семицветик»;
25	05.12.23	помощь»	понимать эмоциональное	человеческого чувства	- Упражнение «Чемодан»;
26	07.12.23	«Радуга чувств и эмоций»	состояние другого человека;	- учить детей выражать чувство	- Тренинг «Страхов нет».
27	12.12.23	«Не страшные страхи»		страха в рисунке	
28	14.12.23	«Не страшные страхи» Часть 2.		- дать детям возможность	
29	19.12.23	«Я не боюсь бояться»		поработать с предметом своего	
30	21.12.23	«Калейдоскоп моего настроения»		страха	
31	26.12.23	«Семь цветов моих эмоций»		- снизить степень страха через	
32	28.12.23	«Семь цветов моих эмоций» Часть 2.		придание объектам страха	
				нетипичных для них	
				характеристик	
				-развивать представления об	
				эмоции «гнев»	
				- развивать у детей рефлексию	
				своего агрессивного поведения	
				- формирование доверия к	
				окружающим	
				- становление понятийного	
				аппарата и основных	
				мыслительных операций:	
				анализа, синтеза, сравнения и	
				обобщения;	
				- расширение словарного	
				запаса.	
Раздел 4. Я среди людей (14 часов)					
33	09.01.24	«Когда есть место гневу?»	-сформированное представление	- развивать самоконтроль	-Упражнение «Цветы»;
34	11.01.24	«Я хозяин своего гнева!»	об эмоции «гнев»	- познакомить со способами	- Просмотр видеоролика «Для всех
35	16.01.24	«Мои эмоции в глазах других	- сформированное представление о	саморегуляции	позитивный настрой на каждый день»;
36	18.01.24	людей»	контроле своего агрессивного	- закрепить полученные знания	-Упражнение с элементами тренинга
37	23.01.24	«Я выбираю»	поведения	об эмоциональных состояниях	«Учусь управлять собой»;
38	25.01.24	«Я выбираю» Часть 2.	- доверие к окружающим;	- способствовать	- Просмотр видеоролика «Мир профессий»
39	30.01.24	«Учимся планировать»	- сформированное представление о	положительному	;
		«Учимся ставить цели»	профессиях;	самоотношению	- Беседа «Профессия мечты»;
			- осведомлённость о	- познакомить с понятиями	- Упражнение с элементами тренинга «Я и

40	01.02.24	«Учимся ставить цели» Часть 2.	профессиональных учебных заведениях; - сформированное представление о будущем за пределами ОУ;	профессия, выбор, самоопределение; - формировать навык самоопределения; - чувства, сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние; - формирование умения идентифицировать собственные эмоциональные состояния; - понятие зависимости, понятия: «соблазн», «вредные привычки». Химические и эмоциональные зависимости; - отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых; - понятие группового давления и принятие собственного решения;	мир вокруг»; -Упражнение с элементами тининга «Мое отражение»; -Упражнение «Чувствую – себя – хорошо».
41	06.02.24	«Учимся выбирать учебное заведение»			
42	08.02.24	«Какая профессия мне подойдет»			
43	13.02.24	«Идём в новый мир профессий»			
44	15.02.24	«Калейдоскоп моих возможностей»			
45	20.02.24	«Профессия мечты»			
46	22.02.24	«Профессия мечты» Часть 2.			
Раздел 5. Обобщение (16 часов)					
47	27.02.24	«Закрепляем способы выражения чувств»	-сформированное представление об эмоциях и способах управлять ими; - понимание норм и правил поведения в окружающим; - сформированное доверие к профессиональным учебным заведениям; способах выбрать подходящее для себя;	- формировать навыки выражения и отстаивания собственного мнения; - поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению; - понятие насилия и права защищать свои границы; - формировать навыки противостояния групповому давлению и насилию и	-Упражнение «Это Я! Какой Я?» - Упражнение с элементами тренинга «Что Я могу подарить миру» - Просмотр тематического видеоролика «Я контролирую эмоции»; - Групповая игра «Город профессий»; - Упражнение с элементами тренинга «Как я выберу свой путь» -Упражнение «Автопилот»; - Анализ актуального состояния посредством: Методика «Разрезная
48	29.02.24	«Ярмарка моих желаний и чувства»			
49	05.03.24	«Я рад вам!»			
50	07.03.24	«Я не тревожусь»			
51	12.03.24	«Азбука чувств и эмоций»			
52	14.03.24	«Азбука чувств и эмоций» Часть 2.			
53	19.03.24	«Новый день- новые эмоции»			
54	21.03.24	«Я контролирую свои эмоции»			

55	02.04.24	«Учимся принимать проблемные ситуации»	- наличие устойчивого положительного эмоционального фона;	осознание права и необходимости защищать себя; - формировать понятие «конфликт», отработка умения выхода из конфликтных ситуаций; - коррекция агрессивности обучающихся. - закрепить понятие саморегуляции - закрепить полученные знания об эмоциональных состояниях; - способствовать положительному самоотношению; - закрепить понятия профессия, выбор, самоопределение; - закрепить понятия положительные эмоции, эмоциональный фон, дружба, общение, друзья	картинка» (С.Д.Забрамной); «Восприятие и понимание содержания текста (С.Д. Забрамной); Методика «4-й лишний» (невербально/вербально); Методика «Классификация»; «Последовательные картинки» (А.Н. Бернштейн); «10 слов» (методика А.Р. Лурия); Методика «Зрительная произвольная память»; Методика «Сравни картинки»; Методика Пьерона – Рузера; «Графический диктант» (Д.Б.Эльконин); Методика «Беседа о школе» (Нежновой); «Лесенка» (В.Г.Щур); Оценка степени психосоциальной зрелости (тест разработан С.А.Банковым); Методика «Несуществующее животное»; Методика «Дом-Дерево-Человек»
56	04.04.24	«Свет мой зеркальце скажи...»			
57	09.04.24	«Свет мой зеркальце скажи...» Часть 2.			
58	11.04.24	«Я могу быть разным»			
59	16.04.24	«Когда есть место гневу?»			
60	18.04.24	«Я хозяин своего гнева!»			
61	23.04.24	«Мои эмоции в глазах других людей»			
62	25.04.24	«Калейдоскоп моих возможностей»			
63	30.04.24	«Калейдоскоп моих возможностей» Часть 2.			
64	14.05.24	«Я выбираю лучшее»			
65	16.05.24	«Мир не черно-белый»			
66	21.05.24	«Мир не черно-белый» Часть 2.			
67	23.05.24	«Психолого-педагогическое обследование»			
68	28.05.24	«Психолого-педагогическое обследование» Часть 2.			
Всего часов:				68	