

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Самарской области
Кинельское управление
ГБОУ СОШ №2 п.г.т. Усть-Кинельский



О=ГБОУ СОШ №2 п.г.т. усть-Кинельский, СN=Плотников Юрий Алексеевич, E=kinelshcoo12@mail.ru
00bdd1df57df19128e
2026.08.29 16:12:25+04'00'

ПРОВЕРЕНА

«28» августа 2026 г.

Зам. директора по УМР

_____/Артамонова И.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

_____/Плотников Ю.А./

«29» августа 2026 г.

ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ
«Коррекция и развитие компетенций эмоционально волевой сферы,
произвольной регуляции деятельности, коррекция нежелательного
поведения, развитие коммуникативных навыков»
основного общего образования
для обучающегося 3 класса с лёгкой умственной отсталостью, Вариант 1
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Самарской области средней общеобразовательной школы № 2 с углубленным изучением
отдельных предметов п.г.т. Усть-Кинельский городского округа Кинель Самарской области
на 2026 - 2027 учебный год

Составитель: Калашникова Полина Евгеньевна, педагог-психолог

2026 г.

Программа психокоррекционных занятий
«Коррекция и развитие компетенций эмоционально-волевой сферы, произвольной регуляции деятельности, коррекция нежелательного поведения, развитие коммуникативных навыков».

Для учащихся 3 класса с лёгкой умственной отсталостью (Вариант 1)

Срок реализации: 34 учебные недели

Частота: 1 занятия в неделю (итого — 34 занятий)

Продолжительность одного занятия: 40 минут

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционных занятий «Коррекция и развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, регуляция поведения и деятельности» для повышения социальной адаптации и учебной успешности, разработана для детей младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью (УО), обучающихся по адаптированным образовательным программам.

Данная программа является психолого-педагогической программой образовательного учреждения, разработана в соответствии с требованиями в соответствии с требованиями:

- приказа Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ОВЗ»;
- приказа Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».

Курс «Занятия с психологом» входит в обязательную часть учебного плана. Программа для 3 класса рассчитана на 34 учебные недели, частота 1 занятия в неделю (итого — 34 занятий).

Организация образовательного процесса предполагает две формы работы: контактную и самостоятельную.

- **Контактная работа** включает такие виды деятельности, как уроки, семинары, практикумы и экскурсии. Данная форма обеспечивает прямое взаимодействие педагога и обучающихся, позволяя интегрировать цели, методы и средства обучения.
- **Самостоятельная работа** строится на основе индивидуально подобранных заданий, соответствующих уровню подготовки и учебным возможностям каждого ученика. Использование данной технологии повышает эффективность обучения, способствует развитию навыков самоконтроля, творческого подхода к деятельности и воспитанию самостоятельности.

Цель программы: Сформировать у подростков устойчивые навыки саморегуляции, распознавания и адекватного выражения эмоций, конструктивного поведения в типичных школьных и бытовых ситуациях, расширить коммуникативный репертуар с опорой на алгоритмы, визуальные подсказки и понятные социальные правила — для снижения конфликтности, повышения учебной вовлечённости и социальной адаптации.

Задачи программы:

- **Эмоционально-волевая сфера:** научить распознавать и называть базовые и сложные эмоции, различать ранние признаки напряжения, подбирать и применять индивидуальные стратегии саморегуляции, снижать остроту эмоциональных реакций.
- **Произвольная регуляция деятельности:** сформировать способность удерживать многошаговые инструкции, планировать действия по алгоритму, проверять результат и корректировать ошибки, использовать внешние опоры (расписания, чек-листы, таймеры).
- **Коррекция нежелательного поведения:** снизить импульсивность и протестные реакции за счёт предсказуемых алгоритмов, замены деструктивных реакций на социально приемлемые способы выражения напряжения, отработки правил и последствий, тренировки паузы перед реакцией.
- **Коммуникативные навыки:** расширить репертуар фраз для просьбы, отказа, благодарности, извинения; отработать инициацию контакта, очерёдность, слушание, распределение ролей в паре и малой группе; закрепить социально приемлемые формы взаимодействия и способы мирного разрешения конфликтов.

Коррекционно-развивающие:

- развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления, воображения) как основы успешного усвоения программного материала;
- совершенствование сенсомоторной координации и пространственно-временной ориентировки;
- формирование приемов произвольной регуляции деятельности и навыков самоконтроля;
- развитие эмоционально-волевой сферы, способности к адекватному выражению чувств и конструктивному взаимодействию.
- **Образовательные:**
 - расширение представлений об окружающем мире и обогащение словарного запаса;
 - формирование базовых учебных действий (БУД), необходимых для эффективного включения в образовательный процесс;
 - обучение приемам рациональной организации учебного труда и способам преодоления интеллектуальных затруднений.
- **Воспитательные:**
 - формирование положительной мотивации к обучению и уверенности в собственных силах;
 - воспитание навыков коммуникативной культуры, эмпатии и толерантного отношения к окружающим;

○ содействие социальной адаптации обучающихся через развитие навыков межличностного общения и умения следовать социальным нормам.

Планируемые результаты освоения программы:

В результате прохождения курса обучающиеся должны:

- **демонстрировать** устойчивость внимания при выполнении учебных заданий;
- **владеть** базовыми приемами логического мышления (анализ, синтез, сравнение, классификация);
- **уметь** применять способы саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- **проявлять** навыки конструктивного общения со сверстниками и педагогами;
- **осознанно использовать** полученные сенсорные и когнитивные навыки в повседневной учебной деятельности, что выражается в повышении темпа работы и снижении количества типичных ошибок.

Методы и формы контроля:

Оценка эффективности программы осуществляется посредством входной, промежуточной и итоговой диагностики (тестирование, наблюдение, анализ продуктов деятельности, анкетирование). Результаты фиксируются в индивидуальных картах развития обучающихся, что позволяет своевременно корректировать содержание занятий с учетом динамики развития каждого ребенка.

Особенности организации коррекционных занятий

Принципы коррекционно-развивающих занятий:

- **Принцип системности:** рассмотрение психики как целостной структуры, где развитие одного процесса (например, внимания) неизбежно влечет за собой качественные изменения в других (памяти, мышлении).
- **Принцип деятельностного подхода:** опора на ведущую деятельность, использование игровых и квазиучебных ситуаций для отработки навыков.
- **Принцип индивидуализации и дифференциации:** учет темпа психического развития, уровня работоспособности и специфики когнитивного профиля каждого обучающегося.
- **Принцип «зоны ближайшего развития»:** постановка задач, требующих от ребенка мобилизации интеллектуальных усилий, но доступных для выполнения при дозированной помощи педагога.
- **Принцип гуманистической направленности:** создание психологически безопасной среды, исключающей оценочное давление и способствующей формированию «ситуации успеха».

Система оценки достижения обучающимся с легкой умственной отсталостью планируемых результатов программы коррекционно-развивающей работы

Оценка результатов носит безотметочный характер и базируется на качественном анализе динамики развития ребенка. Основными критериями выступают:

1. **Динамический показатель:** сравнение текущих достижений обучающегося с его же результатами на начальном этапе (индивидуальный прогресс).
2. **Степень самостоятельности:** переход от выполнения заданий с полной поддержкой педагога к выполнению по инструкции, а затем — к самостоятельному решению аналогичных задач.
3. **Устойчивость навыка:** способность обучающегося переносить сформированные способы действий из условий коррекционного занятия в ситуацию обычного школьного урока.
4. **Качественные изменения:** снижение уровня импульсивности, повышение концентрации внимания, адекватность эмоциональных реакций в ходе взаимодействия.

Целью финишной диагностики является определение уровня сформированности базовых учебных действий и готовности обучающегося к переходу на следующую ступень обучения. Итоговый мониторинг позволяет:

- оценить эффективность выбранных коррекционных стратегий и методов;

- выявить остаточные трудности, требующие пролонгированной работы в рамках индивидуального образовательного маршрута;
- сформулировать рекомендации для педагогов-предметников и родителей по дальнейшей поддержке ребенка в образовательном процессе;
- подтвердить положительную динамику социальной адаптации, выраженную в способности обучающегося к продуктивному сотрудничеству и осознанному управлению собственным поведением.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Коррекционный курс построен по модульному принципу, что обеспечивает гибкость содержания и возможность адаптации программы под индивидуальные потребности ребенка или группы. Специалист может выбирать базовые модули, варьировать объем изучаемого материала и распределение учебных часов в зависимости от актуальных задач.

Каждый модуль представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных по принципу постепенного усложнения.

Цель программы — развитие коррекция и развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, регуляция поведения и деятельности для повышения социальной адаптации и учебной успешности, является создание системы комплексного психолого-педагогического сопровождения процесса освоения АООП НОО обучающимися с легкой умственной отсталостью, позволяющего учитывать их особые образовательные потребности на основе осуществления индивидуального и дифференцированного подхода в образовательном процессе.

Основные направления коррекционной работы:

1. Диагностическая работа

Направлена на выявление особенностей развития обучающихся для создания оптимальных условий освоения ими основной общеобразовательной программы.

Содержание:

- Психолого-педагогическое обследование: оценка познавательной и эмоционально-волевой сфер, выявление специфических трудностей и потенциальных возможностей, анализ социальной ситуации развития и условий семейного воспитания.
- Мониторинг динамики развития и успешности освоения АООП.
- Анализ результатов для проектирования и корректировки индивидуальных коррекционных маршрутов.
- **Методы:** сбор анамнеза (беседы, анкетирование, интервью с родителями и педагогами), психолого-педагогический эксперимент, наблюдение в учебной и внеурочной деятельности, анализ продуктов деятельности (тетради, рисунки, поделки).

2. Коррекционно-развивающая работа

Обеспечивает личностное развитие, коррекцию нарушений психического развития и поддержку в освоении образовательной программы.

- **Содержание:** проведение индивидуальных психокоррекционных занятий, развитие эмоционально-волевой сферы, коррекция поведения, социальное сопровождение детей, находящихся в неблагоприятных или психотравмирующих условиях.

- **Методы:** игровые технологии, психокоррекционные упражнения и этюды, беседы, организация различных видов деятельности (игра, труд, изобразительное искусство, конструирование).

3. Консультативная работа

Обеспечивает непрерывное сопровождение обучающихся с лёгкой умственной отсталостью и их семей, а также поддержку педагогов в вопросах обучения и социализации детей.

- **Содержание:** консультирование педагогов по вопросам развития, обучения и межличностного взаимодействия обучающихся; помощь семье в вопросах воспитания и поддержки ребенка в процессе обучения.

- **Методы:** индивидуальные и групповые консультации, беседы, семинары, лекции, тренинги, анкетирование, разработка методических рекомендаций для учителей и родителей.

Психологическое консультирование основывается на принципах анонимности, доброжелательности и безусловного принятия личности.

Тематическое планирование

Сводка по блокам

№ п/п	Блок	Недели	Кол-во занятий
1.	Начальная диагностика	1-2	2
2.	Эмоции и правила	3-4	2
3.	Учимся слышать и понимать друг друга	5	1
4.	Мои успехи	6	1
5.	Планирование и личные границы	7-8	2
6.	Развитие устойчивого внимания и памяти	9	1
7.	Тренируем саморегуляцию	10	1
8.	Эмпатия и просьба о помощи	11-14	4
9.	Промежуточная диагностика	15-16	2
10.	Ранние признаки напряжения и сотрудничество	17	1
11.	Формирование творческого мышления и воображения	18-19	2
12.	Логические упражнения	20-21	2
13.	Финансовая грамотность	22-23	2
14.	Связь ситуации и эмоции, вежливый отказ	24-25	2
15.	Самоконтроль и словарь эмоций	26-27	2
16.	Сложные эмоции и примирение	28-29	2
17.	Визуальное расписание и обращение к взрослому	30	1
18.	Итоговая диагностика	31-32	2
19.	Закрепление, автоматизация, перенос навыков	33-34	2
Итого		34	34

Поурочное планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Цели занятия	Методы и приемы	Материалы
Неделя 1-2. Начальная диагностика					
1	Диагностика эмоционального состояния и саморегуляции	1	Определить уровень распознавания эмоций, навыки саморегуляции, типичные реакции на стресс и фрустрацию	Наблюдение, методика «Выбери смайлик» (настроение), пробы на удержание инструкции, фиксация эпизодов напряжения	Шкала настроения (3 смайлика), карточки эмоций, протокол наблюдения, простые инструкции из 2–3 шагов
2	Диагностика коммуникативных навыков и поведения	1	Оценить инициацию контакта, очерёдность, реакции на отказ/ограничение, соблюдение правил группы	Ролевые мини-ситуации («попроси карандаш», «скажи „нет“»), наблюдение в группе, опрос педагогов	Карточки ролей, фишки поощрения, протокол, анкеты для педагогов
Неделя 3-4 Эмоции и правила					
3	Распознавание базовых эмоций (радость, грусть, злость, страх, удивление)	1	Научить узнавать и называть 4–5 базовых эмоций по мимике и ситуации	«Угадай эмоцию» (карточки, фото), «Театр эмоций» (мимические этюды), «Что чувствует герой?» (по картинке)	Карточки эмоций, зеркало, сюжетные картинки, пиктограммы эмоций
4	Способы выражения эмоций без агрессии	1	Обучить безопасным способам выражения напряжения и отказа от деструктивных реакций	«Мешочек злости», «Письмо злости» (зачеркнуть/порвать), карточки сигналов «Мне трудно», «Нужна пауза»	Мешочек, бумага, маркеры, карточки сигналов, таймер
Неделя 5. Учимся слышать и понимать друг друга					
5	«Слушать и понимать: учимся слышать друг друга»	1	Развивать умение слушать инструкцию и собеседника, удерживать внимание на речи.	Упражнение «Эхо» (повтор фразы), «Слушай и делай» (2–3 шага), игра «Передай слово по кругу», работа с пиктограммами.	Мяч, карточки-пиктограммы, простые инструкции на карточках.
Неделя 6. Мои успехи					
6	«Мои успехи: учусь хвалить себя»	1	Повышать самооценку, формировать навык замечать свои достижения, снижать тревожность при ошибках.	«Копилка успехов» (карточки достижений), упражнение «Ладочка похвалы» (записать 3 хороших дела), игра «Ошибся — попробую ещё раз».	Карточки, шаблоны ладошек, наклейки.
Неделя 7-8. Планирование и личные границы					
7	Планирование и контроль действий: «Сначала — потом»	1	Развивать способность планировать простые шаги и проверять результат по образцу	«План на 3 шага» (картинки), «Проверь себя» (чек-лист), «Исправь ошибку»	Карточки шагов, чек-листы, образцы, липучки/магниты

8	Соблюдение правил и границ: «Моё — чужое», «Личное пространство»	1	Закрепить понимание личных границ и правил обращения с вещами, снизить импульсивные действия	Социальные истории, ролевые сценки, метки на личных вещах, «кубик расстояния» (визуализация дистанции)	Социальные истории, метки, карточки «моё/чужое», кубик/лента для дистанции
Неделя 9. Развитие устойчивого внимания и памяти					
9	«Внимание: ищем отличия и запоминаем»	1	Развивать устойчивость и переключение внимания, тренировать кратковременную память.	«Найди 5 отличий», «Что изменилось?», «Запомни и повтори» (3–4 предмета), двигательная пауза «Замри — отомри».	Карточки «Найди отличия», наборы мелких предметов,
Неделя 10. Тренируем саморегуляцию					
10	Дыхательные и сенсорные техники саморегуляции	1	Научить простым приёмам снижения напряжения: дыхание, сенсорные паузы, «коробка спокойствия»	«Дуем на свечу», «Воздушный шарик», «Тяжёлое одеяло» (имитация), работа с «коробкой спокойствия»	Мячики, массажные валики, мешочки с крупами, таймер, коробка спокойствия
Неделя 11-14. Эмпатия и просьба о помощи					
11	Распознавание эмоций других людей	2	Развивать эмпатию, умение замечать эмоции окружающих и соотносить их с ситуацией	«Что чувствует друг?» (фото одноклассников), «Угадай по жесту», «Подбери смайлик к ситуации»	Фото детей (без персональных данных), карточки эмоций, сюжетные карточки
12	Просьба о помощи и принятие помощи	2	Формировать готовность просить и принимать помощь, благодарить; закрепить фразы	Ролевые пары «проситель — помощник», «спасибо», карточки фраз, «дерево благодарности» (листочки с фразами)	Карточки фраз, наклейки, фишки, ватман/плакат «Дерево благодарности»
Неделя 15-16. Промежуточная диагностика					
15	Промежуточная диагностика саморегуляции и эмоций	1	Оценить динамику навыков саморегуляции, частоту использования стратегий, снижение эпизодов напряжения	Пробы на самоконтроль, наблюдение, шкала напряжения, фиксация эпизодов	Бланки, протоколы, шкала, таймер
16	Промежуточная диагностика коммуникации и поведения	1	Оценить использование фраз просьбы/отказа, соблюдение правил, частоту конфликтов	Наблюдение, опрос педагогов, мини-анкета, анализ эпизодов	Бланки, анкеты, фишки
Неделя 17. Ранние признаки напряжения и сотрудничество					

17	Распознавание ситуаций, вызывающих напряжение	1	Учить замечать ранние признаки стресса и выбирать способ регуляции	«Шкала напряжения» (от 1 до 5), карточки стратегий, «Что мне поможет?», моделирование ситуаций	Шкала, карточки стратегий, таймер, фишки
Неделя 18-19. Формирование творческого мышления и воображения					
18	«Дорисуй фигуру: развиваем воображение» (Воображение)	1	Стимулировать творческое мышление, умение достраивать образ, развивать мелкую моторику.	Упражнение «Дорисуй круг/квадрат до предмета», «Преврати кляксу», игра «Что это может быть?».	Листы с фигурами/кляксами, карандаши, фломастеры.
19	«Придумай историю по картинке» (Воображение)	1	Развивать связную речь и творческое рассказывание, тренировать причинно-следственные связи.	Работа с 3–4 сюжетными картинками, составление истории по цепочке, игра «А что дальше?».	«Придумай историю по картинке» (Воображение)
Неделя 20-21. Логические упражнения					
20	«Что лишнее? Учимся сравнивать»	1	Развивать операции сравнения и исключения, тренировать логическое мышление на доступном уровне.	Игра «Четвёртый лишний» (предметы/картинки), сортировка по признакам, объяснение «Почему не подходит?».	Наборы карточек/игрушек по темам (животные, транспорт, еда).
21	«Продолжи ряд: ищем закономерность»	1	Формировать умение видеть последовательность, продолжать ряд, тренировать прогнозирование.	Выкладывание рядов из кубиков/фишек, карточки «Продолжи узор», простые числовые ряды (1–5).	Цветные фишки/кубики, карточки узоров, счётные палочки.
Неделя 22-23. Финансовая грамотность					
22	«Деньги: что это и зачем» (ФГ)	1	Познакомить с понятием «деньги», «покупка», «цена», сформировать базовое понимание обмена.	Беседа с опорой на картинки, игра «Магазин» (картонные деньги, ценники), сортировка «Нужно/хочу».	Игрушечные деньги, карточки товаров, ценники, корзинка.
23	«Считаем монеты: простая покупка» (ФГ)	1	Научить соотносить стоимость и количество монет, тренировать элементарные расчёты.	Практическая игра «Оплати покупку», карточки «Цена — монеты», мини-калькулятор/счётные палочки.	«Считаем монеты: простая покупка» (ФГ)
Неделя 24-25. Связь ситуации и эмоции, вежливый отказ					
24	Эмоции и ситуации: «Что сначала, что потом»	1	Формировать понимание связи ситуации и эмоциональной реакции, прогнозировать последствия	Серии картинок «Ситуация — реакция», «Что будет, если...», обсуждение вариантов	Серии картинок, карточки ситуаций, фишки
25	Вежливое несогласие и отказ	1	Расширить фразы для отказа без конфликта, закрепить социально приемлемые формулировки	«Скажи „нет“ по-разному», ролевые пары, карточки фраз	Карточки фраз, фишки, наклейки
Неделя 26-27. Самоконтроль и словарь эмоций					

26	Самоконтроль и переключение внимания	1	Развивать удержание инструкции и способность переключиться при сигнале, снижать импульсивность	«Стоп-старт», «Меняй скорость», «Слушай и делай», таймер, карточки инструкций	Таймер, флажки, карточки инструкций, фишки
27	Расширение словаря эмоций и чувств	1	Обогатить словарь, научить подбирать слова к ощущениям и описывать своё состояние	«Опиши, что чувствуешь», «Подбери слово к картинке», «Закончи фразу»	Карточки, листы, карандаши, пиктограммы
Неделя 28-29. Сложные эмоции и примирение					
28	Распознавание и название сложных эмоций (обида, стыд, вина)	1	Расширить словарь эмоций, научить соотносить их с простыми ситуациями и вербализовать	«Что чувствует герой?», «Подбери историю к эмоции», «Нарисуй эмоцию»	Сюжетные картинки, листы, карандаши, карточки эмоций
29	Конструктивные способы извинения и примирения	1	Сформировать фразы для извинения и предложения примирения, закрепить алгоритм	Ролевые пары, карточки фраз, «Дерево примирения» (листочки с фразами), фишки	Карточки фраз, листочки, клей, ватман
Неделя 30. Визуальное расписание и обращение к взрослому					
30	Планирование дня: визуальное расписание	1	Развивать произвольность через предсказуемость и внешние опоры, формировать навык следования плану	«Расписание на день» (картинки), «Сначала — потом», таймер, чек-лист	Карточки событий, липучки/магниты, таймер, чек-листы
Неделя 31-32 Итоговая диагностика					
31	Итоговая диагностика эмоциональной сферы и саморегуляции	1	Оценить уровень распознавания эмоций и использования стратегий саморегуляции, снижение острых реакций	Пробы, наблюдение, шкала настроения, шкала напряжения	Бланки, протоколы, шкалы, карточки стратегий
32	Итоговая диагностика коммуникации и поведения	1	Оценить применение фраз просьбы/отказа, соблюдение правил, частоту конфликтов, инициацию контакта	Наблюдение, опрос педагогов, анкеты, анализ эпизодов	Бланки, анкеты, фишки
Недели 33-34. Закрепление, автоматизация, перенос навыков					
33	Закрепление и автоматизация навыков (вариативно по темам)	1	Поддерживать и закреплять сформированные навыки, переносить их в реальные школьные и бытовые ситуации	Повторение ключевых тем, индивидуальные карточки стратегий, работа с педагогами и семьёй, перенос в повседневность	Индивидуальные листы стратегий, памятки, чек-листы, визуальные алгоритмы, фишки
34	Итоговое занятие-праздник	1	Закрепить позитивный опыт, отметить достижения ребёнка	«Медаль достижений», выставка работ, рефлексия «Что я научился делать»	Наклейки, грамоты, фото

