Приложение к
адаптированной основной общеобразовательной программе
образования обучающихся с УО (ИН) вариант 1

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

предмета: «Психокоррекционные занятия»
для обучающихся 7 класса

х. Малотокмацкий 2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа курса «Психологическая коррекция» для 7 класса составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО обучающихся с ОВЗ, ФАОП ООО для обучающихся с ЗПР и рекомендациями ПМПК. Программа реализуется педагогом-психологом и направлена на коррекцию познавательной, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, а также на профилактику школьной дезадаптации в подростковом возрасте.

Цель: создание условий для преодоления трудностей в обучении и социализации, развитие высших психических функций, формирование произвольной регуляции поведения и навыков конструктивного взаимодействия.

Задачи:

1. развитие познавательных процессов: внимания, памяти, мышления (словесно-логического, понятийного);
2. формирование навыков целеполагания, планирования, самоконтроля и рефлексии;
3. развитие коммуникативных навыков, умения работать в группе, разрешать конфликты;
4. коррекция эмоциональной сферы: снижение тревожности, развитие саморегуляции;
5. формирование адекватной самооценки и учебной мотивации;
6. профилактика девиантного поведения, помощь в профессиональном самоопределении.

КОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. Развитие устойчивости, объёма и избирательности внимания, умения работать в условиях помех.
2. Развитие логической и опосредованной памяти, обучение приёмам эффективного запоминания.
3. Формирование понятийного мышления: умение выделять существенные признаки, устанавливать причинно-следственные связи.
4. Развитие умения планировать деятельность, распределять время, оценивать результат.
5. Развитие навыков эмоциональной регуляции: распознавание своих чувств, управление гневом и тревогой.

6. Формирование коммуникативных умений: активное слушание, аргументация, разрешение конфликтов.
7. Развитие рефлексии: умение анализировать свои поступки, сильные и слабые стороны.
8. Формирование представлений о профессиональном выборе, своих интересах и склонностях.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

1. повышение учебной мотивации, появление осознанного отношения к учёбе;
2. снижение тревожности, развитие уверенности в своих силах;
3. формирование адекватной самооценки, умения признавать ошибки;
4. развитие эмпатии, уважительного отношения к другим;
5. формирование готовности к профессиональному самоопределению.

Метапредметные результаты:

1. повышение устойчивости и объёма внимания, способности концентрироваться при помехах;
2. увеличение объёма памяти, использование приёмов логического запоминания;
3. умение анализировать, сравнивать, обобщать, устанавливать причинно-следственные связи;
4. умение планировать свои действия, распределять время, оценивать результат (с постепенным переходом к самостоятельности);
5. умение контролировать эмоции, выражать их социально приемлемыми способами;
6. умение слушать собеседника, аргументировать свою точку зрения, договариваться;
7. умение анализировать свои интересы и склонности для выбора профессии.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА (34 часа)

1. Диагностический блок (4 часа)
Первичное и итоговое психолого-педагогическое обследование: диагностика познавательной сферы (словесно-логическое мышление, опосредованная память, избирательность внимания), эмоционального состояния (школьная тревожность, самооценка), мотивации, склонностей к профессиям.

2. Развитие познавательной сферы (12 часов)

2.1. Внимание (4 часа): избирательность, устойчивость при помехах, переключение. Упражнения: «Корректурная проба с помехами», «Таблицы Шульте-Горбова», «Шифровка», «Поиск по паттерну».

2.2. Память (4 часа): логическая и опосредованная память, смысловое запоминание текста. Упражнения: «Пиктограмма», «Ассоциации», «Пересказ по опорным словам», «Двойное запоминание».

2.3. Мышление (4 часа): понятийное мышление, причинно-следственные связи, аналогии, обобщение. Упражнения: «Сложные аналогии», «Выделение существенных признаков», «Причина и следствие», «Понимание пословиц и поговорок».

3. Развитие произвольной регуляции и самоконтроля (6 часов)
Целеполагание, планирование, распределение времени. Формирование внутреннего плана действий. Упражнения: «Мои цели», «План на неделю», «Хронометраж», «Корректура текста», «Сделай по алгоритму».

4. Коррекция эмоционально-волевой сферы (6 часов)
Распознавание и выражение чувств. Управление гневом, тревогой, страхом. Стрессоустойчивость. Упражнения: «Словарь эмоций», «Дыхательные техники», «Копилка способов справиться с волнением», «Моё безопасное место», «Техника STOP».

5. Коммуникативная сфера и социализация (6 часов)
Активное слушание, аргументация, работа в группе. Профилактика конфликтов. Профессиональное самоопределение: интересы, склонности, типы профессий. Упражнения: «Испорченный телефон», «Аргументируй», «Мозговой штурм», «Я-высказывание», «Мир профессий», тест Климова.

6. Рефлексия и подведение итогов (2 часа)
Итоговая диагностика. Обсуждение изменений. Игры на закрепление навыков. Обратная связь.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Содержание	Коррекционная направленность
1	Первичная диагностика (входная)	Обследование познавательной сферы (словесно-логическое мышление, память, внимание)	Выявление уровня развития ВПФ
2	Диагностика эмоционального состояния	Школьная тревожность, самооценка, мотивация (опросники, проективные методики)	Определение зон риска
3	Диагностика профессиональных склонностей	Тест Климова, анкета интересов	Выявление склонностей
4	Знакомство. Цели курса	Правила работы, постановка личных целей	Формирование мотивации
5	Внимание: избирательность	«Корректурная проба с помехами», «Шифровка»	Развитие избирательности внимания
6	Внимание: устойчивость при помехах	«Таблицы Шульте-Горбова», работа с помехами	Развитие устойчивости
7	Внимание: переключение	«Поиск по паттерну», «Числовая таблица»	Развитие переключения
8	Внимание: обобщающее	«Графический диктант повышенной сложности»	обобщение, самоконтроль
9	Логическая память	«Пиктограмма», «Ассоциации»	Развитие опосредованной памяти
10	Смысловая память	«Пересказ по опорным словам», «Восстанови деформированный текст»	Развитие смысловой памяти
11	Приёмы запоминания	«Двойное запоминание», «Мнемотехника»	Формирование приёмов
12	Память: обобщающее	«Снежный ком 2.0», «Я знаю пять…»	Обобщение, самоконтроль

№	Тема занятия	Содержание	Коррекционная направленность
13	Аналогии	«Сложные аналогии», «Найди пару»	Развитие понятийного мышления
14	Существенные признаки	«Выделение существенных признаков», «Что лишнее и почему»	Развитие анализа
15	Причинно-следственные связи	«Причина и следствие», «Почини логическую цепочку»	Развитие логического мышления
16	Понимание пословиц	«Объясни смысл», «Найди похожую»	Развитие абстрактного мышления
17	Целеполагание	«Мои цели на четверть», «Лестница успеха»	Формирование навыка постановки целей
18	Планирование	«План на неделю», «Мой день»	Развитие планирования
19	Хронометраж и распределение времени	«Хронометраж», «Найди время для важного»	Развитие навыка тайм-менеджмента
20	Самоконтроль	«Корректура текста», «Сделай по алгоритму»	Формирование самоконтроля
21	Внутренний план действий	«Алгоритм решения задачи», «Мысленная репетиция»	Развитие внутреннего планирования
22	Рефлексия: мои достижения	«Мои успехи», «Что я узнал о себе»	Развитие рефлексии
23	Словарь эмоций	«Угадай чувство», «Мои эмоции сегодня»	Развитие эмоционального интеллекта
24	Как справиться с гневом	«Техника STOP», «Копилка способов»	Формирование саморегуляции
25	Как справиться с тревогой	«Дыхание по квадрату», «Моё безопасное место»	Снижение тревожности
26	Стрессоустойчивость	«Мои ресурсы», «Техника переключения»	Развитие стрессоустойчивости
27	Уверенное поведение	«Мои сильные стороны», «Я могу сказать нет»	Повышение самооценки
28	Эмоции и обобщение	Сказкотерапия «Королевство чувств»	Закрепление навыков
29	Активное слушание	«Испорченный телефон», «Перескажи за партнёра»	Развитие коммуникации
30	Аргументация	«Аргументируй», «Убеди друга»	Развитие навыка аргументации

№	Тема занятия	Содержание	Коррекционная направленность
31	Работа в группе	«Мозговой штурм», «Совместный проект»	Формирование навыков сотрудничества
32	Профориентация	«Мир профессий», «Мои склонности»	Профессиональное самоопределение
33	Итоговая диагностика	Повторное обследование познавательной сферы, эмоционального состояния	Анализ динамики
34	Итоговое занятие	Обратная связь, обсуждение результатов, вручение сертификатов	Рефлексия

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ (отслеживание динамики)

Оценка эффективности программы проводится через сравнение результатов входной и итоговой диагностики, а также наблюдение за обучающимися.

Критерий	Низкий уровень (до коррекции)	Средний уровень	Высокий уровень (после коррекции)
Внимание	Быстро отвлекается, не удерживает инструкцию из 2–3 пунктов	Удерживает инструкцию, переключается с помощью педагога	Удерживает инструкцию из 3–4 пунктов, самостоятельно переключается при помехах
Память	Запоминает 4–5 слов, не использует приёмы	Запоминает 6–7 слов, использует простые ассоциации	Запоминает 8+ слов, использует смысловые приёмы
Мышление	Выделяет 1–2 существенных признака, причинно-следственные связи устанавливает с помощью	Выделяет 2–3 признака, устанавливает связи с наводящими вопросами	Самостоятельно выделяет существенные признаки, устанавливает причинно-следственные связи
Эмоциональная сфера	Высокая тревожность, импульсивность, трудности саморегуляции	Ситуативная тревожность, владеет 1–2 техниками саморегуляции	Низкая тревожность, владеет несколькими техниками, адекватно выражает чувства

Критерий	Низкий уровень (до коррекции)	Средний уровень	Высокий уровень (после коррекции)
Коммуникация	Трудности в аргументации, не умеет договариваться	Участвует в обсуждении, аргументирует с помощью педагога	Самостоятельно аргументирует, участвует в дискуссии, договаривается
Саморегуляция	Не планирует деятельность, не оценивает результат	Планирует с помощью педагога, оценивает результат	Самостоятельно планирует и оценивает результат

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Диагностический инструментарий: методики Лурии, Векслера (детский вариант), тест Тулуз-Пьерона, тест школьной тревожности Филлипса, методика изучения самооценки, тест Климова.

6.2. Рабочие тетради «Развитие познавательных способностей. 7 класс» (по выбору психолога).

6.3. Набор демонстрационного материала: картинки, схемы, ребусы, таблицы Шульте-Горбова.

6.4. Разрезной материал: карточки для классификации, мозаика, пазлы, карточки с эмоциями.

6.5. Канцелярские принадлежности: цветные карандаши, ручки, бумага.

6.6. Интерактивные ресурсы: компьютерные программы на развитие внимания, памяти, мышления.