ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное образовательное учреждение № 665
«Школа здоровья и индивидуального развития»
(ГБОУ № 665 «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
ГБОУ №665 «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 27.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ № 665 «Школа здоровья ииндивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
_____ С.А. Тихашин
Приказ № 123 от 31.08.2026 г.

Тихашин Сергей Анатольевич
Подписано цифровой подписью: Тихашин Сергей Анатольевич

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Психо-коррекционные занятия»
5 «Б» класса
(для обучающихся с ЗПР Вариант 7.1)

педагога-психолога Плотниковой Дарии Викторовны

Санкт-Петербург
2026г

Рабочая программа "Психо-коррекционные занятия" составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:
Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 (далее – ФГОС основного общего образования).
Санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2;
Планом внеурочной деятельности ГБОУ № 665 "Школа здоровья и индивидуального развития Красногвардейского района Санкт-Петербурга" с учётом анкетирования родителей и особенностями учащихся 5 «Б» класса.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности «Психо-коррекционные занятия» разработана с учётом федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Место курса в плане внеурочной деятельности школы.

План внеурочной деятельности ГБОУ № 665 «Школа здоровья и индивидуального развития» Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год отводит 68 часов на курс внеурочной деятельности «***Психокоррекционные занятия***», из расчёта 3 часа в неделю и реализует коррекционно-развивающее направление.

Список используемой литературы

1. Авдулова Т.П. Психология подросткового возраста: учеб. пособие для студ. учреждений высш. образования / Т. П. Авдулова. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 240 с. – (Сер. Бакалавриат).

2. Акимова М.К., Козлова В.Т. Психологическая коррекция умственного развития школьников. – М.: «Академия», 2000.

3. Бабкина Н.В. Формирование саморегуляции познавательной деятельности у детей с ЗПР в различных условиях обучения / Н.В. Бабкина // Дефектология. – 2003. - № 6.

4. Бабкина Н.В. Психологическое сопровождение детей с ЗПР в общеобразовательной школе / Н.В. Бабкина // Дефектология – 2006. № 4.

5. Диагностика и коррекция психического развития школьника./ Под ред. Я.Л. Коломинского, Е.А. Панько. Минск: изд-во «Научная книга», 1977.

6. Лютова Е.Н., Мотина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: психокоррекционная работа с гиперактивными, тревожными и агрессивными детьми. М.: Генезис, 2000.

7. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения; практическое пособие: Пер. с нем.: в 4-х томах. Т.1. – М.: Генезис, 2000.

8. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И. Буянова. – 2-е изд. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.

9.Мищенкова Л.В.36 занятий для будущих отличников, развитие познавательных способностей, методическое пособие для 7 класса г.Москва издательство РОСТ.-223 с.

Планируемые результаты освоения

Предметные результаты:

- формирование базовых уровней усвоения материала;
- оказание помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- формирование уровня психического, умственного, физического развития ребенка возрастной норме;
- развитие и совершенствование грамматического строя речи, связной речи;
- коррекция недостатков письменной речи;
- формирование и освоение элементарных математических действий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- овладение навыками смыслового чтения доступных по содержанию и объему художественных текстов и научно-популярных статей в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям на уровне, соответствующем индивидуальным возможностям;

- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

-готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

-овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и других) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

-овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

-развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;

- способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

Содержание программы

Вся программа состоит из нескольких взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга разделов:

Развитие и коррекция высших психических функций. Основной задачей развития сенсорной сферы является обогащение чувственного опыта обучающихся путем дифференцирования с разной степенью тонкости ощущений одной и той же модальности и одного и того же вида, сравнения их в том или ином отношении, включение ощущений в построение системы словесно-логических умозаключений. В процессе развития внимания большое значение придается как формированию его устойчивости, так и распределению внимания, т.е. умению контролировать выполнение одновременно двух или больше действий. Такое умение также основывается на расчлененном, дифференцированном отражении различных параметров и условий. Основным направлением в развитии памяти учащихся является формирование у них опосредованного запоминания, т.е. использования для запоминания вспомогательных средств, в том числе знаков-символов. Для этого требуется умение расчленять запоминаемые объекты на части, выделять в них различные свойства, устанавливать определенные связи и отношения между каким-либо из них и некоторой системой условных знаков. Важное значение придается всестороннему развитию мыслительной деятельности, а именно таких ее операций, как анализ, синтез, обобщение, абстрагирование, установление закономерностей, формирование логических операций.

Развитие навыков общения. Общение – специфическая форма взаимодействия человека с другими людьми как членами общества, в общении реализуются социальные отношения людей. Общение подростков друг с другом - чрезвычайно сложный и тонкий процесс. Неэффективность в общении может быть связана с полным или частичным отсутствием того или иного коммуникативного умения, например, умения ориентироваться и вести себя в конкретной ситуации или может быть вызвана недостаточным самоконтролем, например, из-за неумения справиться с перевозбуждением, импульсивностью, агрессией и т.д. Психокоррекционные занятия направлены на преодоление трудностей во взаимоотношениях со сверстниками, неадекватной самооценкой, замкнутостью, трудностями в выражении своего эмоционального состояния в адекватной форме. Отсутствие или низкий уровень коммуникаций в подростковой среде приводит к развитию конфликтов в системах «ребенок-ребенок», «родитель-ребенок» и «учитель-ученик», что повышает риск возникновения правонарушений. Тренинг по развитию коммуникативных навыков подростков 12-15 лет предназначен для развития у подростков навыков общения, осознания и выражения своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активизация

механизмов самопознания, самовыражения. Подросткам важно осознавать себя востребованными в обществе, иметь жизненные цели. Подросткам необходимо помочь увидеть, каким образом их выбор может повлиять на дальнейшую жизнь и успешность в профессиональной деятельности, найти пути достижения жизненных целей, заинтересовать в реализации задуманного, научить не отказываться от желаемого при неудачах, а продолжать двигаться вперед.

Развитие саморегуляции и самоконтроля. Развитие личности, способной к восприятию и пониманию собственных эмоциональных состояний и эмоциональных и поведенческих проявлений других людей, рассматривается как условие успешной ее адаптации в современном социокультурном пространстве. Учитывая, что человеку изначально присуще стремление выражать себя, свое внутреннее «я» в формах, приемлемых для окружающих людей, ребенок, уже в школе должен учится себя контролировать. Специальная работа по обучению способам эмоциональной и поведенческой саморегуляции детей среднего школьного возраста актуальна в условиях реабилитационного учреждения и семьи. Учебная деятельность порождает у школьников достаточных много напряженных (стрессовых) ситуаций, требующих от ребенка адекватности и произвольности в ситуативном реагировании, требует необходимости управлять своим эмоциональным самочувствием и поведением, а условий для воспитания этих навыков в процессе учебной деятельности, явно недостаточно. Самовыражение и самопознание эмоций в речи, в действиях и в общении, предоставляют значительный ресурс для развития личности ребенка, однако в практике обучения учащихся начальных классов в качестве механизма саморазвития личности используется недостаточно; отсутствует система работы по обучению школьников способам эмоциональной и поведенческой саморегуляции. Психокоррекционные занятия курса направлены помочь детям научиться правильно реагировать на стрессовые ситуации, уметь выходить из возникающих конфликтов; помочь правильно выражать свои чувства и понимать, что чувствуют окружающие их люди; формировать навыки эффективного общения; программа направлена на уменьшение школьной тревожности и сохранение психического здоровья детей.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
1	Развитие и коррекция высших психических функций. Диагностика	24
2	Развитие навыков общения	14
3	Развитие саморегуляции и самоконтроля	30
	ИТОГО	68

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Дата	
		по плану	по факту
1.	Выявления уровня развития внимания, восприятия, воображения, памяти и мышления у пятиклассников в начале учебного года		
2.	Тренировка смысловой и слуховой памяти		
3.	Формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности		
4.	Развития наглядно-образного мышления		
5.	Тренировка зрительной памяти		
6.	Развитие логического мышления		
7.	Совершенствование воображения		
8.	Развитие быстроты реакции		
9.	Обучение поиску закономерностей		
10.	Расширение словарного запаса		
11.	Развитие мышления		
12.	Формирование пространственных представлений и пространственного воображения		
13.	Формирование интеллектуальных умений, связанных с выбором стратегии решения		
14.	Совершенствование мыслительных операций		
15.	Знакомство со значением и происхождением фразеологизмов		
16.	Формирование Я-концепции		
17.	Агрессия и её роль в жизни человека		
18.	Развитие творческого мышления		
19.	Развитие коммуникативных способностей		
20.	Развитие конструкторских способностей		
21.	Учимся анализировать		
22.	Учимся рассуждать		
23.	Развитие социального интеллекта		
24.	Развитие произвольного внимания		
25.	Умение говорить-Нет		
26.	Развитие интуиции, смекалки и сообразительности		
27.	Развитие эмоционального интеллекта		
28.	Выявление уровня восприятия		
29.	«Наши сильные чувства»		
30.	Понятие «Воля». Волевые качества. Тест на развитие воли		
31.	Тренинг саморегуляции		
32.	Урок взаимопонимания		
33.	Развитие коммуникативных способностей		

34.	Создание личных гербов		
35.	Развитие уверенности в себе		
36.	Как справиться с тревожностью		
37.	Чувство собственного достоинства		
38.	Конфликт и его решение		
39.	Метод проб и ошибок		
40.	Обучение способности высказывать свою точку зрения		
41.	Я и моя семья		
42.	Способы развития в себе, уважения к другому		
43.	Развитие конструкторских способностей		
44.	Развитие речи		
45.	Познай самого себя		
46.	Мастерская пантомимы		
47.	Я –личность		
48.	Совершенствование воображения		
49.	Развитие смысловой памяти		
50.	Знакомство с чувством страха		
51.	Ценности		
52.	Преодоление жизненных кризисов		
53.	Моё достижение		
54.	Моё кредо		
55.	Без маски		
56.	Эмоции и личностный рост		
57.	Взаимопонимание		
58.	Развитие логических форм вербального мышления		
59.	Формирование учебной мотивации		
60.	Овладение приемами самоконтроля и саморегуляции		
61.	Формирование адекватной самооценки.		
62.	Знакомство с методами тренировки мышления		
63.	Ощущение и восприятие		
64.	Игры и упражнения на развитие операций сравнения и обобщения.		
65.	Регуляция психического и эмоционального состояния		
66.	Развитие лидерских качеств		
67.	Принятие своих чувств, снятие тревожных состояний		
68.	Итоговое занятие. Дороги, которые мы выбираем. Диагностика.		