

Муниципальное общеобразовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья,  
специальная (коррекционная) общеобразовательная школа VIII вида г. Серпухов

Рассмотрено  
на заседании СППС  
руководитель Костельникова /Е.В. Костельникова/  
Протокол № 1 от «28» 08 2016 г.

Согласовано  
Зам. директора по УВР  
Мухин /А.Е. Мухин/  
Протокол № 4 от «29» августа 2016 г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
«Преодоление стрессовых ситуаций»  
5-7 классы

Рабочая программа составлена на основе:

- Учебного плана МОУ СКОШ VIII вида 2016-2017 учебный год (Приказ № 201 от 29.08.2016 год ).
- Рабочая программа «Преодоление стрессовых ситуаций и снижение эмоционального напряжения обучающихся»
- Автор В.А. Дунайцева 2014г
- Положения о рабочей программе учителя МОУ СКОШ VIII вида. (Протокол педагогического совета № 6 от «30» августа 2016 г ).

Составитель рабочей программы Аббасова Н.П. педагог-психолог

### ***Пояснительная записка***

В настоящее время по данным многих исследований количество детей с интеллектуальной недостаточностью, требующих особых условий развития и обучения, становится все больше и проблема их обучения и социализации все более остро становится перед обществом. Таким образом, вопросы развития и коррекции учащихся с ограниченными возможностями здоровья, а в частности и с интеллектуальной недостаточностью, выходят на первый план, так как невозможно говорить об успешности образовательного процесса, если за ним не стоит функция развития, социализации и адаптации учащихся, за которыми в свою очередь стоит формирование и получение определенных навыков, умений, знаний не только познавательного характера, но и практических, связанных с общением и взаимодействием с окружающими людьми. В настоящее время особенной популярностью за счет своей эффективности пользуются интегративные методы, включающие в себя комплексы методик и использующие эклектическую теоретическую базу.

Старший школьный возраст детей с умственной отсталостью – важнейший период формирования жизненного ресурса, этап становления его социализации, освоения общественных отношений, обогащения мировосприятия.

Главной задачей обучения и воспитания данной категории детей является развитие их потенциальных возможностей, коррекция поведения, привитие им трудовых и других социально значимых навыков и умений. Конечной целью является приобщение этих лиц к доступному им общественно полезному труду, максимальное овладение ими навыками самообслуживания, формирования умения ориентироваться в окружающем мире самостоятельно, самореализовываться и чувствовать себя востребованными в обществе.

Именно в качестве одной из форм коррекционно-развивающей работы, в данном случае – групповой, и предлагается данный цикл занятий в (5-7 классы). Содержательная направленность групповых занятий для каждого возрастного периода (класса) различается в силу особенностей развития учащихся, а также с учетом их потребностей и зон актуального и ближайшего развития, что отражено в планировании.

**Цель** данного курса занятий – помочь учащимся 5-7 классов справиться с различными проблемами в обучении, которые могут быть связаны с социальной или педагогической запущенностью, недоразвитием психических процессов, дезадаптацией, серьезными органическими нарушениями и генетически обусловленными осложнениями; расширение объема знаний у учащихся об окружающем мире и собственной личности, а также помочь в личностно-эмоциональном развитии, творческом развитии и решении поведенческих проблем в социуме.

Структура программы групповых коррекционно-развивающих занятий включает в себя следующие **разделы**:

1. Формирование социального поведения, коммуникативных умений, расширение социальных контактов, умение адекватно обращаться за помощью, соблюдая принятые правила приличия. Формирование адекватного поведения планируется и осуществляется по ситуации, которые отбираются по возрасту и жизненному опыту ребёнка. Формирование и развитие коммуникативных функций речи.
2. Непосредственная коррекционно-развивающая работа с учащимися. Особое внимание уделяется созданию психологически комфортной среды для ребёнка. Развитие сенсорно-перцептивных и познавательных процессов и их произвольности.
3. Развитие личностной сферы, в частности - мотивация на помочь другому, а не только ожидание помощи себе

4. Эмоциональное развитие, чувство уверенности, положительное отношение к самому себе и окружающим
5. Развитие умения занять себя в свободное время
6. Развитие умения участвовать в совместной игровой и досуговой деятельности
7. Формирование класса как группы.
8. Профилактика утомляемости и истощаемости

#### ***Календарно-тематическое планирование***

Планирование групповых коррекционно-развивающих занятий для учащихся 5 - го класса (34 занятия).

| № | Тема занятия  | Кол-во занятий |
|---|---|----------------|
|   | Вводное занятие   | 4              |
|   | Коррекция и развитие восприятия: слухового, тактильного, зрительного.   | 2              |
|   | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п. | 2              |
|   | Коррекция и развитие ориентации в пространстве и на плоскости: «Пойди туда, не знаю куда», «Холодно-                                  | 3              |

|  |   |
|--|---|
| горячо», «повары», «Лабиринт», «Хвост дракона» и т.п.  |   |
| Коррекция и развитие произвольного внимания («Муха»; «Сигнальное слово»).                                      | 1 |
| Игровое занятие (двигательное занятие (подвижные игры): крупная моторика, схема тела, координация и ловкость). | 5 |
| Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с элементами арт-терапии, то-терапии)                  | 4 |
| Коррекция и развитие коммуникативных навыков: пересказ, «испорченный телефон».                                 | 1 |
| Коррекция и развитие мелкой моторики – специфическая манипуляция   | 1 |
| Коррекция и развитие коммуникативных навыков: невербальное общение – «рисунок на спине».                       | 1 |
| Проблемные игры на общение   | 1 |
| Релаксационное занятие   | 5 |
| Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.  | 4 |

Планирование групповых коррекционно-развивающих занятий для учащихся 6- го класса (34 занятия).

| № | Тема занятия   | Кол-во занятий |
|---|--|----------------|
|   | Вводное занятие  | 4              |
|   | Коррекция и развитие ориентации в пространстве и на плоскости («лабиринт», «путаница», «Хвост дракона», «холодно-горячо», «поводырь», «снежинки», «тропинки» и т.п.) | 4              |
|   | Коррекция и развитие понимания, удержания и выполнения инструкции педагога.  | 2              |
|   | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п.                                | 3              |
|   | Коррекция и развитие произвольного внимания («Муха»; «Сигнальное слово»)   | 2              |
|   | Коррекция и развитие мелкой моторики – специфическая манипуляция   | 1              |
|   | Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с использованием элементов методик арт-терапии, то-терапии)  | 4              |
|   | Коррекция и развитие коммуникативных навыков: пересказ, «испорченный телефон».   | 1              |
|   | Игровое занятие (двигательное занятие (подвижные игры): крупная моторика, схема тела, координация и ловкость).   | 1              |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | Коррекция и развитие коммуникативных навыков: невербальное общение – «рисунок на спине». | 1 |
|  | Проблемные игры на общение   | 2 |
|  | Релаксационное занятие   | 5 |
|  | Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.  | 4 |

Планирование групповых коррекционно-развивающих занятий для учащихся 7 - го класса (34 занятия).

| № | Тема занятия  | Кол-во занятий |
|---|---|----------------|
|   | Вводное занятие   | 2              |
|   | Коррекция и развитие восприятия: слухового, тактильного, зрительного. | 2              |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п.   | 2 |
|  | Коррекция и развитие ориентации в пространстве и на плоскости («лабиринт», «путаница», «Хвост дракона», «поводырь», «холодно-горячо» и т.п.) Зимние игры: «снежки», «тропинки». | 4 |
|  | Коррекция и развитие произвольного внимания («Муха»; «Сигнальное слово»).   | 2 |
|  | Коррекция и развитие понимания, удержания и выполнения инструкции педагога. Развитие произвольного внимания и запоминания.  | 1 |
|  | Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с использованием элементов методик арт-терапии, то-терапии)   | 4 |
|  | Развитие механической и опосредованной памяти   | 1 |
|  | Коррекция и развитие операций мышления (работа в круге)   | 1 |
|  | Коррекция и развитие коммуникативных навыков: невербальное общение – «рисунок на спине».  | 1 |
|  | Коррекция и развитие коммуникативных навыков: пересказ, «испорченный телефон».  | 1 |
|  | Игровое занятие (двигательное занятие (подвижные игры): крупная моторика, схема тела, координация и   | 2 |

|  |   |   |
|--|---|---|
|  | ловкость).  |   |
|  | Коррекция поведенческой сферы и профилактика агрессии: двигательные упражнения. | 2 |
|  | Релаксационное занятие  | 5 |
|  | Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.                                     | 4 |

Каждое занятие занимает по времени 20 минут и состоит из трех частей.

1-ая часть является вводной, в которой осуществляется настрой группы на занятие.

2-ая часть собственно рабочая, в которой собраны задания и упражнения соответствующей тематики.

3-я часть – завершающая, в которой подводятся итоги и закрепление положительных эмоций от занятия.

Оценивание работы ученика как участника совместной деятельности (групповой дискуссии, проекта, игры) происходит по критерию «*Коммуникация в учебном диалоге, совместной деятельности и позиционировании*»:

*3 балла* – ученик может взаимодействовать в группе с другими участниками, ориентируясь на их действия, но не может выразить свое мнение, эмоциональное отношение и проявляет низкую активность.

*4 балла* – ученик способен присоединиться к чужой позиции, либо эмоционально ее поддержать; умеет выслушать чужие аргументы;

*5 баллов* – ученик способен сформулировать (с помощью) собственную позицию, осознать сущность поведения в предложенной роли, может в течение определенного времени поддерживать темп совместной деятельности, брать на себя ответственность за командный результат.

Планирование коррекционно-развивающих групповых занятий на 1 четверть 2014-2015 учебного года. 5 класс. 9 занятий по 20 минут.

| №   | Тема занятия  | Кол-во занятий | Дата |
|-----|---|----------------|------|
| 1   | Вводное занятие   | 1              |      |
| 2   | Коррекция и развитие ориентации в пространстве («лабиринт», «путаница», «Хвост дракона»)  | 1              |      |
| 3   | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п. | 1              |      |
| 4-5 | Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с элементами арт-терапии, тогерапии)  | 2              |      |
| 6   | «Пойди туда, не знаю куда» ориентация в пространстве и на плоскости. (Холодно-горячо)   | 1              |      |
| 7   | Игровое занятие.  | 1              |      |
| 8   | Релаксационное занятие  | 1              |      |
| 9   | Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.   | 1              |      |

Планирование коррекционно-развивающих групповых занятий на 1 четверть 2014-2015 учебного года. 6 класс. 9 занятий по 20 минут.

| № | Тема занятия   | Кол-во занятий | Дата |
|---|--|----------------|------|
| 1 | Вводное занятие  | 1              |      |
| 2 | Коррекция и развитие ориентации в пространстве и на плоскости («лабиринт», «путаница», «Хвост дракона», «холодно-горячо», «поводырь», «снежинки», «тропинки» и т.п.) | 1              |      |
| 3 | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п.                                | 1              |      |
| 4 | Коррекция и развитие произвольного внимания («Муха»; «Сигнальное слово»).  | 1              |      |
| 5 | Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с использованием элементов методик арт-терапии, то-терапии)  | 1              |      |
| 6 | Коррекция и развитие понимания, удержания и выполнения инструкции педагога.  |                |      |
| 7 | Игровое занятие (двигательное занятие (подвижные игры): крупная моторика, схема тела, координация и ловкость).   |                |      |
| 8 | Релаксационное занятие   | 1              |      |
| 9 | Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.  | 1              |      |

Планирование коррекционно-развивающих групповых занятий на 1 четверть 2014-2015 учебного года. 7 класс. 9 занятий по 20 минут.

| № | Тема занятия  | Кол-во занятий | Дата |
|---|---|----------------|------|
| 1 | Вводное занятие.  | 1              |      |
| 2 | Коррекция и развитие ориентации в пространстве и на плоскости («лабиринт», «путаница», «Хвост дракона», «головодырь», «холодно-горячо» и т.п.) Зимние игры: «снежки», «тропинки». | 1              |      |
| 3 | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п.   | 1              |      |
| 4 | Коррекция и развитие произвольного внимания («Муха»; «Сигнальное слово»).   | 1              |      |
| 5 | Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с элементами арт-терапии, тогерапии)  | 1              |      |
| 6 | Коррекция и развитие понимания, удержания и выполнения инструкции педагога. Развитие произвольного внимания и запоминания.  | 1              |      |
| 7 | Игровое занятие (двигательное занятие (подвижные игры): крупная моторика, схема тела, координация и ловкость).  | 1              |      |
| 8 | Релаксационное занятие  |                |      |
| 9 | Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.   |                |      |

Планирование групповых коррекционно-развивающих занятий для учащихся 8-го класса (34 занятия).

| № | Тема занятия  | Кол-во занятий |
|---|---|----------------|
|   | Вводное занятие   | 2              |
|   | Коррекция и развитие восприятия: слухового, тактильного, зрительного.   | 1              |
|   | Коррекция и развитие произвольного внимания и координации: пальчиковая гимнастика, передача предмета по кругу, «дружно вместе» и т.п.   | 1              |
|   | Коррекция и развитие ориентации в пространстве и на плоскости («лабиринт», «путаница», «Хвост дракона», «поводырь», «холодно-горячо» и т.п.) Зимние игры: «снежки», «тропинки». | 2              |
|   | Коррекция и развитие произвольного внимания («Муха»; «Сигнальное слово»).   | 2              |
|   | Коррекция и развитие понимания, удержания и выполнения инструкции педагога. Развитие произвольного внимания и запоминания.  | 1              |
|   | Коррекция и развитие внутригрупповых отношений (занятие с использованием элементов методик арт-терапии, то-терапии)   | 4              |
|   | Развитие механической и опосредованной памяти   | 2              |

|  |   |
|--|---|
| Коррекция и развитие операций мышления (работа в круге)  | 2 |
| Коррекция и развитие понятийного мышления  | 1 |
| Коррекция и развитие коммуникативных навыков: невербальное общение – «рисунок на спине».                       | 1 |
| Коррекция и развитие коммуникативных навыков: пересказ, «испорченный телефон».                                 | 2 |
| Игровое занятие (двигательное занятие (подвижные игры): крупная моторика, схема тела, координация и ловкость). | 2 |
| Коррекция поведенческой сферы и профилактика агрессии: двигательные упражнения.                                | 2 |
| Релаксационное занятие   | 5 |
| Итоговое. Что запомнилось, что понравилось.  | 4 |

Каждое занятие занимает по времени 10 минут и состоит из трех частей.

1-ая часть является вводной, в которой осуществляется настрой группы на занятие.

2-ая часть собственно рабочая, в которой собраны задания и упражнения соответствующей тематики.

3-я часть – завершающая, в которой подводятся итоги и закрепление положительных эмоций от занятия.



### ***Пояснительная записка***

В настоящее время по данным многих исследований количество детей с интеллектуальной недостаточностью, требующих особых условий развития и обучения, становится все больше и проблема их обучения и социализации все более остро становится перед обществом. Таким образом, вопросы развития и коррекции учащихся с ограниченными возможностями здоровья, а в частности и с интеллектуальной недостаточностью, выходят на первый план, так как невозможно говорить об успешности образовательного процесса, если за ним не стоит функция развития, социализации и адаптации учащихся, за которыми в свою очередь стоит формирование и получение определенных навыков, умений, знаний не только познавательного характера, но и практических, связанных с общением и взаимодействием с окружающими людьми. В настоящее время особенной популярностью за счет своей эффективности пользуются интегративные методы, включающие в себя комплексы методик и использующие эклектическую теоретическую базу.

Старший школьный возраст детей с умственной отсталостью – важнейший период формирования жизненного ресурса, этап становления его социализации, освоения общественных отношений, обогащения мировосприятия.

Главной задачей обучения и воспитания данной категории детей является развитие их потенциальных возможностей, коррекция поведения, привитие им трудовых и других социально значимых навыков и умений. Конечной целью является приобщение этих лиц к доступному им общественно полезному труду, максимальное овладение ими навыками самообслуживания, формирования умения ориентироваться в окружающем мире самостоятельно, самореализовываться и чувствовать себя востребованными в обществе.