

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Свердловской области**  
**Департамент образования Администрации города Екатеринбурга**  
**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение гимназия № 120**  
**(МАОУ гимназия № 120)**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом

МАОУ гимназия № 120

Протокол № 1 от « 26 » августа 2025г

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МАОУ гимназия № 120

И.А. Писклова

Приказ № 225 от « 30 » августа 2025 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**коррекционно – развивающего курса**  
**«Психокоррекционные занятия (психологические)»**  
**АООП ООО обучающихся ТНР**  
**1-4 классы**

Исполнитель:  
Милавкина Т.Л.,  
педагог-психолог  
Шелковникова О.А.  
педагог-психолог

г. Екатеринбург  
2025

## **Пояснительная записка**

**Рабочая программа курса коррекционно-развивающих занятий составлена на основе нормативных документов:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
3. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 августа 2017 г. № 09–1672 «О направлении методических рекомендаций»;
4. Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ гимназии №120 (ООП ООО).
5. Адаптированная образовательная программа основного общего образования МАОУ гимназия №120;

Рабочая программа «Развитие эмоционально-волевой сферы» представляет систему коррекционно-развивающих занятий для учеников средней школы 5-9 классов. Программа коррекционно-развивающих занятий разработана и составлена по результатам диагностик личностно-эмоциональной сферы учащихся, в соответствии с нормативно-правовыми документами, а также в соответствии с заключением ТПМПК.

Для решения основных задач образовательного учреждения большое значение имеет учет особенностей эмоционального развития школьников. Развитие эмоционально-волевой сферы личности – это сложный процесс, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия - наследственность, особенности его физического развития. Наблюдаются болезненные проявления чувств (дисфория, апатия, эйфория), неадекватные формы эмоционального реагирования на изменение ситуации (от пассивности и равнодушия до агрессии и враждебности), повышенная склонность к возникновению аффективных реакций, имеются трудности в распознавании эмоциональных состояний других людей. Данные качества затрудняют процесс социальной адаптации школьников, а также оказывают влияние на качество коррекционно-образовательного процесса. Это подчеркивает необходимость целесообразного своевременного коррекционного воздействия на эмоционально-волевое развитие школьников.

Обнаружено, что эмоционально стабильным детям учеба дается легче, и они дольше сохраняют положительное отношение к ней. У детей с высоким уровнем тревожности,

повышенной эмоциональной чувствительностью и моторно-расторможенных часто наблюдается отрицательное отношение к учебному труду, учителю и его требованиям.

Волевое действие школьника развивается в том случае, если :

- цели, которых он должен достигнуть в деятельности, им поняты и осознаны; только тогда его действия приобретают целенаправленность;
- эти цели не являются слишком далеко отсроченными, они видны ребенку — поэтому он должен видеть начало и конец своей деятельности;
- деятельность, которую ребенок должен осуществлять, является соразмерной его возможностям по уровню сложности — это обеспечивает переживание успеха от ее выполнения уже в самом начале, предвосхищая достижение цели; поэтому как очень легкие, так и очень трудные задания не способствуют развитию воли, а, наоборот, вызывают либо негативные переживания, либо безразличие, так как деятельность не требует приложения усилий;
- ребенок знает и понимает способ выполнения деятельности видеть этапы достижения цели;
- внешний контроль за деятельностью ребенка постепенно сменяется на внутренний.

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру. Предлагаемая программа ориентирована на оказание помощи и поддержки детям школьного возраста, имеющим трудности в эмоциональной и коммуникативной сферах, способствует поиску эффективных путей преодоления возникающих трудностей в совместной учебно-игровой деятельности.

Программа данного курса представляет систему **коррекционно-развивающих занятий** рассчитана на 1 год обучения - 2 часа в неделю (68 ч).

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию эмоционально-волевого развития. То, в какой мере ученики умеют понимать и отражать свои чувства, настроение друг друга, воспринимать и понимать других, а через них и самих себя, будет во многом определять процесс общения, качество отношений и способы, с помощью которых они будут осуществлять совместную деятельность.

**Цель данной программы:** развитие эмоционально-волевой и личностной сферы учащихся, а также формирование коммуникативных компетенций.

**Основные задачи программы:**

- снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности и агрессии;
- коррекция настроения и негативных черт характера;
- формирование навыков саморегуляции и самоконтроля;

- развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», адекватной самооценки и повышение уверенности в себе;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;
- формирование навыков применения полученных знаний и умений в процессе изучения школьных дисциплин и в практической деятельности.

**Содержание программы** соответствует поставленным целям и задачам.

Программа состоит из трех разделов, каждый из которых имеет свои отдельные задачи. Первый раздел - **Самопознание «Какой «Я»?** Это первые занятия, которые дают ребятам возможность исследовать себя, узнать, что все люди имеют как хорошие качества, так и те или иные недостатки. На этих занятиях развивается рефлексия и толерантность учащихся устанавливается дружелюбная атмосфера.

Второй раздел – **Мир эмоций. «Я и эмоции»** - помогает детям научиться понимать и контролировать свое эмоциональное состояние.

Третий раздел - **Позитивное общение «Мой язык общения»** - одна из самых интересных для ребят этого возраста. Именно на этих занятиях впервые затрагиваются понятие дружбы, тема взаимоотношений, конфликтов. Что такое настоящая дружба и умеют ли ребята дружить – ответы на эти вопросы, учащиеся ищут совместно с педагогом. Далее идут занятия на тему сотрудничества. Ребятам дается само понятие сотрудничества, принципы эффективного сотрудничества, в игровой форме отрабатываются навыки эффективного взаимодействия. И завершают программу заключительные занятия, основная цель которых – отрефлексировать изменения, произошедшие с ними за учебный год, окунуться в свой внутренний мир, сформировать установку на веру в себя и в свой успех.

Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания, самоконтроля и самооценки, совершенствование социально-бытовой и социокультурной компетенции, развитие коммуникативных навыков. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития своей личности.

### **Формы работы**

При реализации программы используются следующие формы и методы работы:

- беседа,
- психогимнастика,
- упражнения на развитие мелкой моторики,

- ролевая игра,
- арт-терапевтические техники (Мозартика, мандала),
- сказкотерапия,
- дискуссия,
- релаксационные методы,
- когнитивные методы (упражнения на развитие памяти, внимания, мышления).

Основное содержание занятий составляют тренировочные упражнения, специальные задания, дидактические и развивающие игры.

### **Организационная структура занятий**

Материал каждого занятия рассчитан на 35 - 40 минут.

#### **1.- Ритуал приветствия и разминка**

Цель: создание атмосферы доверия в группе, положительный настрой участников на работу.

#### **2. - Основная часть**

Направлена на решение задач данной программы.

#### **3.- Заключительная часть**

Подведение итогов, получение обратной связи. Ритуал прощания.

### **Ожидаемые результаты:**

Предполагается, что результаты отразятся, во-первых, на индивидуальных особенностях развития ребенка, связанных с Я-концепцией, мотивацией достижения успеха, развитием эмоциональной сферы и компетентности в общении, во-вторых – в улучшении адаптации в школе и, возможно, повышении продуктивности учебной деятельности.

Критерии положительной оценки:

повышение уровня стабильности эмоционально-волевой регуляции продуктивной деятельности;

снятие (уменьшение) психического напряжения, тревоги, страхов;

сформированность умения правильно выражать свои чувства, умение управлять своими эмоциями, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;

овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия, снятие барьеров в общении;

улучшение социально-психологического климата класса;

Для **отслеживания результатов** предусматриваются в следующие **формы контроля:**

**Стартовый**, позволяющий определить исходный уровень развития учащихся (по методикам);

**Текущий:**

-рефлексивный - контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;

-контроль по результату, который проводится после осуществления действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

**Итоговый:**

-диагностика;

-творческие работы учащихся

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**на 2024 – 2025 учебный год**

№	Тема занятия	Задачи, решаемые на каждом занятии	Кол. часов
	<b>Раздел 1 Самопознание «Какой «Я»?»</b>		<b>14</b>
1.	Мой внутренний мир Кто Я? Какой Я?	Обследование эмоционально-волевой сферы Определение принципов работы на занятиях Сплочение группы	2
2.	Познай самого себя и других	Определение достоинств и недостатков своих и других людей, понимание причин их поступков Закрепление знаний учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека Развитие интереса к себе	4
3.	Моя самооценка	Создание условий для самоанализа собственных достоинств и недостатков Повышение уровня самопринятия Формирование уверенности в себе	2
4.	Мои способности	Осознание детьми своих особенностей и способностей других людей Развитие внимания, памяти, мышления, речи, активного и пассивного словаря	4
5.	Мой характер	Развитие способности к самоанализу и рефлексии Развитие системы самосознания и самооценки, формирование адекватного отношения к себе и другим	2

		Формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе	
	<b>Раздел 2 Мир эмоций. «Я и эмоции»</b>		<b>20</b>
6.	Мое настроение	Развитие способности осознавать и выражать свои эмоциональные состояния Развитие творческой активности учащихся	2
7.	Эмоции – внутренние друзья и враги	Знакомство учащихся с эмоциями Обучение умению определять эмоциональное состояние других людей Тренировка умения владеть своими эмоциями.	2
8.	Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье.	Определение понятия положительных эмоций Способствование адекватному самовыражению, рефлексии эмоциональных состояний	4
9.	Грусть. Обида. Гнев.	Определение понятия отрицательных эмоциональных переживаний Развитие способности отличать отрицательные эмоции от положительных.	4
10.	Страх. Он помогает или мешает?	Определение понятий «страх», «тревога», «одиночество» Помощь в преодолении страхов, в обретении уверенности в себе, в понимании того, что вера в себя необходима для развития человека	2
11.	Как управлять эмоциями?	Осознание своих эмоций, обогащение адекватными способами выражения своего настроения Обучение самоконтролю и закреплению этих навыков Обучение навыкам релаксации	4
12.	Конкурс чувствоведов	Формирование умения распознавать эмоциональные реакции других людей Развитие взаимопонимания Повышение самооценки	2
	<b>Раздел 3 Позитивное</b>		<b>24</b>

	<b>общение «Мой язык общения»</b>		
13.	Я и мир вокруг меня	Повышение самооценки Развитие чувства принадлежности к группе Формирование умения увидеть в другом человеке его достоинства	2
14.	Общение в жизни человека	Определение первоначального представления о значении общения в жизни человека Формирование представлений о различных средствах общения Развитие социально-коммуникативных навыков Сплочение коллектива	4
15.	Я глазами других	Формирование способности к самоанализу Способствование возникновению желания самосовершенствоваться Развитие способности принимать друг друга	2
16.	Почему люди ссорятся? Споры и ссоры	Знакомство учащихся с понятием «конфликт» Выявление особенностей поведения в конфликтной ситуации Обучение способам выхода из конфликтной ситуации	2
17.	Предотвращение конфликтов	Знакомство с вербальными барьерами общения Обучение альтернативным вариантам поведения Обучение анализу различных состояний	4
18.	Учимся слушать друг друга	Помощь в осознании собственного «Я» Формирование понимания необходимости жить в согласии с собой и другими Формирование адекватных эмоциональных реакций в ходе совместного взаимодействия	2
19.	Уверенное и неуверенное поведение	Знакомство с понятием о сильной личности Выработка навыков уверенного поведения	2
20.	Нужна ли агрессия?	Познакомить учащихся с признаками агрессивного поведения	2



		Определить приемлемые способы разрядки гнева и агрессии	
21.	Я и мои друзья Правила дружбы	Развитие коммуникативных навыков Помощь в осознании качеств настоящего друга Сплочение коллектива	2
22.	Мы – дружный класс	Сплочение коллектива Развитие чувства эмпатии Развитие навыков координации совместных действий	2
23.	Дружба девочек и мальчиков	Формирование нравственных качеств: умение дружить, беречь дружбу Определение – что такое дружба девочек и мальчиков Сплочение классного коллектива	2
24.	Я и моя школа	Помощь детям в осознании особенностей позиции ученика Развитие умения высказывать свое мнение Развитие навыков общения	2
25.	Я и моя семья	Актуализация опыта семейного взаимодействия Анализ наиболее часто встречающихся трудностей в отношениях с родителями Оптимизация взаимоотношений «родитель-ребенок»	2
26.	Мое настоящее и будущее	Определение интересов детей Отработка навыков преодоления препятствий на пути к достижению цели Актуализация личностных ресурсов	2
27.	Будь собой, но в лучшем виде	Обследование эмоционально-волевой и коммуникативной сфер Активизация процесса самопознания Закрепление благоприятного отношения к себе	2
28.	Итоговое занятие «Всем спасибо»	Подведение итогов Закрепление полученных навыков Развитие эмпатии, рефлексии	2

ИТОГО			68
-------	--	--	----

**Циклограмма мониторинга отслеживания уровня развития эмоционально – волевой и коммуникативной школьников**

<b>Методика исследования</b>	<b>1 четверть</b>	<b>2 четверть</b>	<b>3 четверть</b>	<b>4 четверть</b>
Тест «Дом – дерево – человек» Джоржа Бука	+			+
Методика «Волшебная страна чувств»	+			+
Тест Люшера	+			+
"Несуществующее животное"	+			+
Методика "Лесенка" Дембо – Рубинштейна	+			+
Социометрический тест	+			+
Метод наблюдения	+	+	+	+

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359844088164368361733453392022738764111019630961

Владелец Писклова Ирина Анатольевна

Действителен с 25.12.2023 по 24.12.2024