Приложение 1

к АООП ООО (вариант 3.1)

Рабочая программа коррекционного курса

«Коррекционно-развивающие занятия (психологические)»

**Содержание рабочей программы учебного курса внеурочной деятельности «Коррекционно-развивающие занятия (психологические)»**

***Развитие пространственного мышления.*** Основы пространственного восприятия: как понимать и представлять себе пространство без визуальных ориентиров. Игры и упражнения на ориентацию: использование звуковых и тактильных карт.Тренировка навыков навигации: прохождение маршрутов с использованием аудиогидов.

***Эмоциональное развитие и саморегуляция.*** Определение и распознавание эмоций: как описать свои чувства и чувства других. Техники саморегуляции: дыхательные упражнения, методы релаксации. Упражнения на развитие эмпатии и коммуникации.

***Социальные навыки и взаимодействие***. Основы эффективной коммуникации: активное слушание и вербальная невербальность. Упражнения на развитие сотрудничества и командной работы. Ролевые игры для решения конфликтных ситуаций.

***Психологическая грамотность и безопасность.*** Основные понятия психологии: что такое психическое здоровье и как его поддерживать. Принципы безопасного поведения в разных жизненных ситуациях. Упражнения на укрепление уверенности в своих силах и осознание личной ответственности.

**Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности «Коррекционно-развивающие занятия (психологические)»**

- Формирование уверенности в себе и своих способностях;

- Улучшение самооценки и самопринятия;

- Развитие эмоциональной устойчивости и навыков регулирования эмоций;

- Совершенствование навыков общения и взаимодействия с окружающими.

- Развитие умения работать в группе, сотрудничать с другими учащимися, а также умение вести конструктивный диалог;

- Повышение уровня внимания, памяти и аналитического мышления;

- Развитие пространственного мышления и навыков ориентирования в пространстве;

- Освоение различных методов и приемов, способствующих обучению и саморегуляции;

- Освоение навыков организации личного пространства и планирования своего времени;

- Развитие воображения и креативного мышления через творческие задания и проекты;

- Формирование представления о своих интересах, сильных сторонах и возможностях, что способствует осознанному выбору будущей профессии.

**Тематическое планирование учебного курса внеурочной деятельности «Коррекционно-развивающие занятия (психологические)»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название тем и разделов** | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** | **Форма занятия** |
| 1 | Введение в эмоции: что такое эмоции и как их распознавать | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Беседа |
| 2 | Развитие сенсорного восприятия: знакомство с тактильными ощущениями | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 3 | Упражнения на развитие слухового восприятия | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 4 | Основы саморегуляции: как управлять своими эмоциями | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 5 | Социальные навыки: как строить дружеские отношения | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 6 | Разговор о трудностях: как справляться с проблемами в общении | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 7 | Командные игры: развитие сотрудничества и взаимодействия | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 8 | Роль и значение интуиции в жизни человека | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 9 | Развитие креативного мышления | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 10 | Упражнения на развитие внимания и концентрации | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 11 | Основы самопознания: кто я и мои сильные стороны | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 12 | Принятие себя и своих особенностей | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 13 | Эмпатия: как понять чувства других | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 14 | Проблемы стереотипов и предвзятости | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 15 | Управление временем: как планировать свой день | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 16 | Основы безопасного поведения в обществе | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 17 | Разговор о значении семьи и поддержке | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 18 | Как справляться со стрессом и тревогой | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 19 | Ценности и приоритеты в жизни | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 20 | Исследование жизненных целей и мечт | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 21 | Развитие критического мышления: анализ информации | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 22 | Как выступать на публике и преодолевать страх | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 23 | Упражнения на развитие уверенности в себе | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 24 | Решение конфликтов: стратегии и техники | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 25 | Роль благодарности в жизни | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 26 | Проектная деятельность: работа над совместным проектом | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 27 | Обсуждение идей о будущем: кем я хочу стать | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 28 | Упражнения на развитие памяти и логического мышления | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 29 | Взаимопомощь: как поддерживать друзей | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 30 | Коммуникационные технологии для людей с ограниченными возможностями | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 31 | Здоровый образ жизни: важность физической активности | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 32 | Проблемы интерпретации невербальных сигналов | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Практика |
| 33 | Уважение к различиям: толерантность и инклюзия | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Беседа  Самостоятельная работа |
| 34 | Подведение итогов: что я узнал о себе и других | 1 | <https://psytests.org/>  https://www.razvitie.edusite.ru/120-urokov-1\_4kl\_2020\_ecp.pdf | Беседа |
| **Итого:** | | | | 34 |

**Список использованной литературы:**

1. Мирополес, А. А. «Коррекционная педагогика для детей с нарушениями зрения.» — М.: Просвещение, 2010.

2. Шевченко, Н. В. «Психология и pedagogy для детей с ограниченными возможностями: учебное пособие.» — М.: Академия, 2009.

3. Павлова, Л. А. «Психологическая помощь детям с нарушениями зрения.» — M.: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена., 2015.

4. Кузнецова, Н. В. «Игровая терапия в коррекции эмоционально-волевой сферы у детей с инвалидностью.» — М.: Сфера., 2018.

5. Брауде, Г. М. «Методы и приемы психологической поддержки детей с нарушениями зрения.» — СПб.: Речь., 2017.

6. Зимняя, И. А. «Психология обучения и воспитания детей с особыми образовательными потребностями.» — М.: КноРус., 2009.

7. Петренко, В. А. «Психотерапия и коррекционная работа с детьми с особыми нуждами». — М.: Питер, 2016.

8. Смирнова, Е. Ю. «Коррекция эмоционально-волевой сферы у слепых детей средствами искусства» Психология и педагогика в специальном образовании. Вып. 23., 2020.

9. Иванова, Т. В. «Психолого-педагогические аспекты работы с детьми с нарушениями зрения.» Специальное образование, 12(3), С.45-55, 2019.

10. Серова, А. Н. «Влияние индивидуальных занятий на развитие коммуникативных навыков у детей с нарушениями зрения.» Коррекционная педагогика, 15(2), С. 75-82, 2021.