УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

«Первые шаги»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для детей дошкольного возраста (4–7 лет) с нарушениями слуха (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598);
- Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий для детей с нарушением слуха дошкольного возраста (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002).

Целевая группа

Программа адресована детям дошкольного возраста (4–7 лет) **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2). Численность группы: 6–8 человек. Занятия проводятся в **групповой форме** с элементами индивидуализации.

В дошкольном возрасте у детей с нарушениями слуха наблюдаются следующие особенности:

- ограниченность сенсорного опыта;
- замедленное развитие речи и мышления;
- трудности восприятия и понимания речи;
- недостаточная сформированность коммуникативных навыков;
- особенности эмоционально-волевой сферы (тревожность, неуверенность);
- недостаточное развитие мелкой и общей моторики.

Программа учитывает речевые и коммуникативные особенности детей, использует наглядные и игровые методы работы.

Актуальность программы

Дошкольный возраст является сензитивным периодом для развития всех психических функций. Для детей с нарушениями слуха этот период имеет особое значение: именно в это время закладываются основы коммуникации, развиваются сенсорные эталоны, формируются предпосылки учебной деятельности. Своевременная коррекционно-развивающая работа позволяет максимально компенсировать первичный дефект и подготовить ребёнка к успешному обучению в школе.

Программа направлена на комплексное развитие детей с нарушениями слуха, создание условий для успешной социализации и подготовки к школе через развитие всех психических функций в игровой форме.

Цель программы

Комплексное коррекционно-развивающее сопровождение детей дошкольного возраста с нарушениями слуха, создание условий для их полноценного психического и личностного развития, подготовка к обучению в школе.

Задачи программы

1. **Сенсорное развитие:**
    - Развивать зрительное, слуховое, тактильное восприятие.
    - Формировать сенсорные эталоны (цвет, форма, величина).
2. **Речевое развитие:**
    - Развивать понимание обращённой речи.
    - Стимулировать речевую активность.
    - Расширять пассивный и активный словарь.
3. **Развитие познавательных процессов:**
    - Развивать внимание, память, мышление, воображение.
    - Формировать умение классифицировать, сравнивать, обобщать.
4. **Развитие коммуникативных навыков:**
    - Формировать навыки взаимодействия со взрослыми и сверстниками.
    - Развивать невербальные средства общения (жесты, мимика).
5. **Развитие эмоционально-волевой сферы:**
    - Развивать эмоциональную отзывчивость.
    - Формировать навыки саморегуляции.
    - Развивать уверенность в себе.
6. **Развитие моторики:**
    - Развивать общую и мелкую моторику.
    - Развивать координацию движений.
    - Формировать графические навыки.

Планируемые результаты

- Развитие сенсорных эталонов (цвет, форма, величина).

- Увеличение объёма пассивного и активного словаря.
- Формирование элементарных коммуникативных навыков.
- Развитие внимания, памяти, мышления на доступном уровне.
- Формирование навыков саморегуляции.
- Развитие мелкой и общей моторики.
- Готовность к обучению в школе.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **30 занятий** (1 раз в неделю, продолжительностью 15–25 минут для детей 4–5 лет и 25–30 минут для детей 6–7 лет).

Занятия проводятся в **групповой форме** (6–8 детей) с элементами индивидуализации.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- дидактические игры;
- сенсорные игры;
- пальчиковые игры и гимнастика;
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, аппликация);
- психогимнастика;
- игровые упражнения;
- работа с пиктограммами и карточками;
- игровые ситуации;
- элементы песочной терапии;
- работа с набором Фридриха Фребеля.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорная комната, кабинет психолога) с использованием необходимых материалов и оборудования (игрушки, дидактические пособия, набор Фребеля, песочный стол и др.).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, воспитателями и родителями.

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Головчиц, Л. А. Дошкольная сурдопедагогика / Л. А. Головчиц. — Москва : Владос, 2001.
3. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
5. Леонгард, Э. И., Самсонова, Е. Г. Развитие речи детей с нарушением слуха в семье / Э. И. Леонгард, Е. Г. Самсонова. — Москва : Просвещение, 1991.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.

7. Пелымская, Т. В., Шматко, Н. Д. Формирование устной речи дошкольников с нарушением слуха / Т. В. Пелымская, Н. Д. Шматко. — Москва : Владос, 2003.
8. Пискун, О. Ю. Программа коррекционно-развивающих занятий для детей с нарушением слуха дошкольного возраста / О. Ю. Пискун. — Новосибирск, 2002.
9. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
10. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
11. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007.
12. Стребелева, Е. А. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста / Е. А. Стребелева. — Москва : Владос, 2005.
13. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
14. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
15. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
16. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Сенсорное развитие	Пробы на восприятие цвета, формы, величины	Адаптированные методики	Оценка уровня сформированности сенсорных эталонов
Речевое развитие	Выявление уровня понимания речи	Адаптированная беседа	Оценка уровня понимания обращённой речи
Познавательное развитие	Диагностический альбом (дошкольный вариант)	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Оценка уровня развития познавательной деятельности
Эмоционально-волевая сфера	Наблюдение	Адаптированная схема наблюдения	Оценка эмоционального состояния, саморегуляции
Мелкая моторика	Проба на графические навыки	Адаптированные методики	Оценка уровня развития мелкой моторики

Тематический план (30 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика (знакомство)	1	Установление контакта, начало диагностического этапа	Приветствие. Свободная игра. Наблюдение.	Групповая, игровая, наблюдение
2	Диагностика (завершение)	1	Завершение диагностического этапа, уточнение индивидуальных маршрутов	Диагностические пробы. Беседа.	Групповая, диагностическая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–30)					
Раздел 1. Сенсорное развитие (занятия 3–8)					
3	Знакомство с цветами	1	Формировать умение различать основные цвета	Игры «Найди такого же цвета», «Разложи по цвету».	Групповая, дидактическая игра
4	Закрепление цветов	1	Закреплять умение различать цвета	Игра «Подбери по цвету». Раскрашивание.	Групповая, дидактическая игра, рисование
5	Знакомство с формами	1	Формировать умение различать геометрические фигуры	Игры «Найди такую же форму», «Сложи фигуру».	Групповая, дидактическая игра
6	Закрепление форм	1	Закреплять умение различать геометрические фигуры	Игра «Чудесный мешочек», «Найди фигуру».	Групповая, сенсорная игра
7	Знакомство с величиной	1	Формировать умение различать предметы по величине	Игры «Большой-маленький», «Разложи	Групповая, дидактическая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				по величине».	
8	Закрепление величины	1	Закреплять умение различать предметы по величине	Игры «Собери пирамидку», «Сравни».	Групповая, дидактическая игра
Раздел 2. Развитие восприятия (занятия 9–14)					
9	Развитие зрительного восприятия	1	Развивать зрительное восприятие, внимание	Игры «Найди отличия», «Что изменилось?».	Групповая, игровая
10	Развитие зрительной памяти	1	Развивать зрительную память	Игры «Запомни картинки», «Что пропало?».	Групповая, игровая
11	Развитие слухового восприятия	1	Развивать слуховое внимание	Игры «Угадай, что звучит», «Где звенит?».	Групповая, сенсорная игра
12	Развитие слухо-вибрационного восприятия	1	Развивать восприятие вибрации	Шумовой набор. Определение источника звука по вибрации.	Групповая, сенсорная игра
13	Развитие тактильного восприятия	1	Развивать тактильную чувствительность	Игры с тактильным мешочком, «Волшебный мешочек».	Групповая, сенсорная игра
14	Развитие осязания	1	Развивать умение определять предмет на ощупь	Игра «Найди предмет на ощупь».	Групповая, сенсорная игра
Раздел 3. Развитие речи и мышления (занятия 15–22)					
15	Развитие	1	Развивать понимание простых	Упражнения «Покажи»,	Групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	понимания речи		инструкций	«Сделай». Работа с карточками.	упражнение
16	Расширение пассивного словаря	1	Расширять понимание слов	Игры «Покажи игрушку», «Найди предмет».	Групповая, игровая
17	Развитие звукоподражания	1	Стимулировать речевую активность	Игры «Кто как говорит?».	Групповая, игровая
18	Развитие артикуляционного аппарата	1	Развивать артикуляционную моторику	Артикуляционная гимнастика. Звукоподражание.	Групповая, упражнение
19	Развитие мышления (классификация)	1	Развивать операции классификации	Игры «Разложи по группам», «Что лишнее?».	Групповая, дидактическая игра
20	Развитие мышления (обобщение)	1	Развивать умение обобщать	Игры «Назови одним словом».	Групповая, дидактическая игра
21	Развитие причинно-следственного мышления	1	Развивать понимание причинно-следственных связей	Работа с сюжетными картинками (2 части).	Групповая, работа с картинками
22	Развитие мышления (серии картинок)	1	Развивать умение устанавливать последовательность	Работа с сериями сюжетных картинок (3 части).	Групповая, работа с картинками
Раздел 4. Развитие коммуникативных навыков (занятия 23–27)					

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
23	Знакомство с жестами	1	Знакомить с элементарными жестами	Показ жестов «привет», «пока», «дай», «на».	Групповая, игровая
24	Закрепление жестов	1	Закреплять использование жестов	Игры с использованием жестов «дай», «на».	Групповая, игровая
25	Знакомство с эмоциями	1	Учить распознавать базовые эмоции	Работа с пиктограммами. Игра «Покажи эмоцию».	Групповая, игровая, работа с пиктограммами
26	Развитие эмоциональной сферы	1	Развивать эмоциональную отзывчивость	Игры «Угадай настроение», «Как ты себя чувствуешь?».	Групповая, игровая
27	Развитие коммуникативных навыков	1	Формировать навыки взаимодействия	Совместные игры с правилами. Игра «Дружная семья».	Групповая, игровая
Раздел 5. Развитие моторики и творчества (занятия 28–30)					
28	Развитие мелкой моторики	1	Развивать мелкую моторику, координацию	Пальчиковая гимнастика. Нанизывание бусин.	Групповая, пальчиковая гимнастика
29	Развитие творческих способностей	1	Развивать творческие способности	Рисование. Лепка. Аппликация.	Групповая, арт-терапия
30	Итоговое занятие	1	Закрепить полученные навыки, подвести итоги	Игры на закрепление. Рефлексия. Прощание.	Групповая, игровая, рефлексия

5. Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика (знакомство)

Цель: установление контакта, начало диагностического этапа.

Задачи:

- установить контакт с детьми;
- создать доверительную атмосферу;
- провести первичное наблюдение.

Оборудование: игрушки (кукла, мишка, мяч), набор Фребеля, цветные карандаши, бумага.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта с каждым ребёнком. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Свободная игра – дети играют с игрушками. Наблюдение за поведением, контактом, игровой деятельностью. 2. Наблюдение за выполнением простых инструкций («дай», «покажи», «принеси»). 3. Работа с набором Фребеля – свободное конструирование.
Заключительная часть	Прощание. Похвала.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: завершение диагностического этапа, уточнение индивидуальных маршрутов.

Задачи:

- провести диагностические пробы;
- оценить уровень развития основных психических функций;
- завершить диагностический этап.

Оборудование: диагностический альбом Семаго, цветные карандаши, карточки с цветами и формами.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Пробы на восприятие цвета – узнавание и называние

Этап	Содержание
	основных цветов. 2. Пробы на восприятие формы – узнавание геометрических фигур. 3. Пробы на восприятие величины – различение большого и маленького. 4. Понимание простых инструкций – выполнение действий по просьбе. 5. Наблюдение за мелкой моторикой – графические пробы, штриховка.
Заключительная часть	Похвала. Прощание.

Занятие № 3. Знакомство с цветами

Цель: формировать умение различать основные цвета.

Задачи:

- познакомить с основными цветами (красный, синий, жёлтый);
- учить находить предметы заданного цвета;
- развивать внимание.

Оборудование: цветные карточки, игрушки разных цветов, коробки для сортировки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Найди такого же цвета» (дети находят цвет по образцу).
Основная часть	1. Знакомство с красным цветом – показ карточки, называние, поиск предметов красного цвета. 2. Знакомство с синим цветом – аналогично. 3. Знакомство с жёлтым цветом – аналогично. 4. Игра «Разложи по цвету» – дети раскладывают предметы в коробки по цвету.
Заключительная часть	Рефлексия – «Какой цвет тебе понравился?». Прощание.

Занятие № 4. Закрепление цветов

Цель: закреплять умение различать цвета.

Задачи:

- закреплять знание основных цветов;
- учить подбирать предметы по цвету;
- развивать мелкую моторику через раскрашивание.

Оборудование: цветные карточки, цветные карандаши, раскраски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Повторение цветов.
Основная часть	1. Игра «Подбери по цвету» – дети подбирают предметы к карточке заданного цвета. 2. Игра «Найди в комнате» – дети находят предметы красного, синего, жёлтого цвета. 3. Раскрашивание – дети раскрашивают картинки в соответствии с образцом.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Знакомство с формами

Цель: формировать умение различать геометрические фигуры.

Задачи:

- познакомить с геометрическими фигурами (круг, квадрат, треугольник);
- учить находить фигуру по образцу;
- развивать зрительное восприятие.

Оборудование: геометрические фигуры из набора Фребеля, карточки с формами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Найди такую же форму» (по образцу).
Основная часть	1. Знакомство с кругом – показ, обведение пальцем, поиск предметов круглой формы. 2. Знакомство с квадратом – аналогично. 3. Знакомство с треугольником – аналогично. 4. Игра «Сложи фигуру» – дети собирают фигуры из частей.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Закрепление форм

Цель: закреплять умение различать геометрические фигуры.

Задачи:

- закреплять знание фигур;

- развивать тактильное восприятие;
- развивать внимание.

Оборудование: геометрические фигуры, «Чудесный мешочек», карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Повторение форм.
Основная часть	1. Игра «Чудесный мешочек» – дети на ощупь определяют фигуру в мешочке. 2. Игра «Найди фигуру» – по инструкции педагога дети находят заданную фигуру. 3. Игра «Что лишнее?» – среди 3 фигур найти лишнюю по форме.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Знакомство с величиной

Цель: формировать умение различать предметы по величине.

Задачи:

- познакомить с понятиями «большой», «маленький»;
- учить сравнивать предметы по величине;
- развивать зрительное восприятие.

Оборудование: большие и маленькие игрушки, пирамидка, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Большой-маленький» – показ и называние.
Основная часть	1. Игра «Покажи большой и маленький» – дети показывают предметы по инструкции. 2. Игра «Разложи по величине» – дети раскладывают предметы от маленького к большому. 3. Собирание пирамидки – по величине колец.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Закрепление величины

Цель: закреплять умение различать предметы по величине.

Задачи:

- закреплять понятия «большой», «маленький»;
- учить сравнивать предметы;
- развивать мышление.

Оборудование: предметы разной величины, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Повторение «большой-маленький».
Основная часть	1. Игра «Собери пирамидку» – дети собирают пирамидку, называя размер колец. 2. Игра «Сравни» – дети сравнивают два предмета по величине. 3. Игра «Что больше? Что меньше?» – работа с карточками.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Развитие зрительного восприятия

Цель: развивать зрительное восприятие, внимание.

Задачи:

- развивать умение находить отличия;
- развивать зрительное внимание;
- учить замечать изменения.

Оборудование: картинки с отличиями, игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Найди отличия» на двух похожих картинках (2–3 отличия).
Основная часть	1. Игра «Что изменилось?» – на столе 3–4 предмета, дети запоминают расположение, затем один предмет меняется местами. 2. Игра «Найди спрятанное» – дети ищут игрушку в комнате.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Развитие зрительной памяти

Цель: развивать зрительную память.

Задачи:

- развивать умение запоминать картинки;
- развивать внимание;
- учить воспроизводить увиденное.

Оборудование: 5–6 картинок с предметами, игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Запомни картинки» – детям показывают 4–5 картинок, затем убирают, дети называют/показывают запомнившиеся. 2. Игра «Что пропало?» – на столе 4 предмета, один убирают, дети показывают пропавший. 3. Игра «Разложи как было» – дети повторяют расположение предметов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Развитие слухового восприятия

Цель: развивать слуховое внимание.

Задачи:

- развивать умение различать звуки;
- развивать слуховое внимание;
- развивать звукоподражание.

Оборудование: шумовой набор (бубен, барабан, дудочка, колокольчик).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай, что звучит» – педагог издаёт звук, дети угадывают инструмент.
Основная часть	1. Игра «Где звенит?» – педагог звенит колокольчиком в разных местах, дети показывают направление. 2. Игра «Тихо-громко» – различение громкости звука. 3. Звукоподражание – повторение звуков животных.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Развитие слухо-вибрационного восприятия

Цель: развивать восприятие вибрации.

Задачи:

- развивать тактильно-вибрационное восприятие;
- учить определять источник звука по вибрации;
- развивать слуховое внимание.

Оборудование: шумовой набор (барабан, бубен, дудочка), ширма.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Определение источника звука по вибрации – педагог стучит в барабан, ребёнок чувствует вибрацию, показывает источник. 2. Игра «Что звучит?» – с закрытыми глазами угадать инструмент. 3. Игра «Повтори ритм» – повторение простого ритмического рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Развитие тактильного восприятия

Цель: развивать тактильную чувствительность.

Задачи:

- развивать умение различать предметы по фактуре;
- обогащать тактильный опыт;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: тактильные мешочки с разными наполнителями, тактильные доски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Волшебный мешочек» – дети трогают предметы в мешочке.
Основная часть	1. Игра с тактильным мешочком – дети находят предмет по описанию на ощупь. 2. Игра «Найди такой же» – поиск пары по фактуре. 3. Игра «Что в мешочке?» – определение предмета на ощупь.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Развитие осязания

Цель: развивать умение определять предмет на ощупь.

Задачи:

- развивать тактильную чувствительность;
- учить узнавать предмет на ощупь;
- развивать речь.

Оборудование: тактильный мешочек с предметами (ключ, карандаш, монета, колпачок, пуговица).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Найди предмет на ощупь» – ребёнок опускает руку в мешочек, находит и называет предмет. 2. Игра «Что в мешочке?» – дети по очереди достают предмет и описывают его. 3. Игра «Сравни на ощупь» – сравнение двух предметов по фактуре.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Развитие понимания речи

Цель: развивать понимание простых инструкций.

Задачи:

- развивать понимание обращённой речи;
- учить выполнять простые инструкции;
- расширять пассивный словарь.

Оборудование: игрушки (кукла, мяч, кубик, машинка).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи» – педагог называет игрушку, дети показывают.
Основная часть	1. Упражнение «Покажи» – дети показывают части тела (руки, ноги, голову). 2. Упражнение «Сделай» – дети выполняют простые действия («дай», «возьми», «положи»). 3. Работа с карточками – дети показывают предметы по инструкции.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Расширение пассивного словаря

Цель: расширять понимание слов.

Задачи:

- расширять пассивный словарь;
- развивать понимание речи;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с предметами (посуда, одежда, игрушки, транспорт).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Покажи игрушку» – дети показывают названную игрушку. 2. Игра «Найди предмет» – дети находят предмет в комнате по названию. 3. Игра «Покажи на картинке» – работа с карточками.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Развитие звукоподражания

Цель: стимулировать речевую активность.

Задачи:

- развивать звукоподражание;
- стимулировать речевую активность;
- развивать артикуляционный аппарат.

Оборудование: игрушки (корова, кошка, собака, петух), картинки животных.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Кто как говорит?» – показ игрушки, произнесение звука.
Основная часть	1. Звукоподражание – дети повторяют звуки (му-му, мяу-мяу, гав-гав).

Этап	Содержание
	2. Игра «Угадай, кто» – педагог произносит звук, дети показывают игрушку. 3. Игра «Повтори за мной» – повторение простых слогов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Развитие артикуляционного аппарата

Цель: развивать артикуляционную моторику.

Задачи:

- развивать артикуляционный аппарат;
- развивать речевое дыхание;
- стимулировать речевую активность.

Оборудование: зеркало, карточки с упражнениями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Артикуляционная гимнастика перед зеркалом – «улыбка», «трубочка», «лопатка», «часики». 2. Дыхательные упражнения – «подуй на ладошку», «задуй свечу». 3. Звукоподражание – повторение звуков животных.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Развитие мышления (классификация)

Цель: развивать операции классификации.

Задачи:

- учить группировать предметы по признаку;
- развивать мышление;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с предметами разных групп (посуда, одежда, игрушки).

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Игра «Разложи по группам» – дети раскладывают карточки по группам (посуда, одежда, игрушки). 2. Игра «Что лишнее?» – среди 3 предметов найти лишний. 3. Обсуждение – «Почему этот предмет лишний?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Развитие мышления (обобщение)

Цель: развивать умение обобщать.

Задачи:

- учить называть группу одним словом;
- развивать мышление;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с предметами разных групп.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Назови одним словом» – педагог показывает картинки, дети называют группу. 2. Игра «Что это?» – дети обобщают предметы по группам. 3. Работа с карточками – дети раскладывают по группам и называют обобщающим словом.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Развитие причинно-следственного мышления

Цель: развивать понимание причинно-следственных связей.

Задачи:

- учить понимать простые причинно-следственные связи;
- развивать мышление;
- развивать речь.

Оборудование: сюжетные картинки (2 части).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с сюжетными картинками (2 части) – дети раскладывают картинки в правильной последовательности. 2. Обсуждение – «Что сначала? Что потом?». 3. Составление простого рассказа по картинкам (жестами и словами).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Развитие мышления (серии картинок)

Цель: развивать умение устанавливать последовательность.

Задачи:

- учить устанавливать последовательность событий;
- развивать мышление;
- развивать связную речь.

Оборудование: серии сюжетных картинок (3 части).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с сериями сюжетных картинок (3 части) – дети раскладывают картинки по порядку. 2. Обсуждение – «Что сначала? Что потом? Что в конце?». 3. Составление рассказа по серии картинок.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 23. Знакомство с жестами

Цель: знакомить с элементарными жестами.

Задачи:

- познакомить с жестами «привет», «пока», «дай», «на»;
- развивать коммуникативные навыки;
- формировать умение использовать жесты.

Оборудование: игрушки, карточки с жестами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет» – показ и повторение.
Основная часть	1. Знакомство с жестом «привет» – показ, повторение, использование. 2. Знакомство с жестом «пока» – аналогично. 3. Знакомство с жестом «дай» – ребёнок просит игрушку жестом. 4. Знакомство с жестом «на» – ребёнок даёт игрушку жестом.
Заключительная часть	Прощание жестом «пока».

Занятие № 24. Закрепление жестов

Цель: закреплять использование жестов.

Задачи:

- закреплять жесты «привет», «пока», «дай», «на»;
- развивать коммуникативные навыки;
- использовать жесты в игровых ситуациях.

Оборудование: игрушки, предметы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Игра с использованием жестов «дай», «на» – дети просят и дают игрушки. 2. Игра «Поздоровайся с игрушкой» – жестом «привет». 3. Игра «Попрощайся» – жестом «пока». 4. Свободное использование жестов в игре.
Заключительная часть	Прощание жестом «пока».

Занятие № 25. Знакомство с эмоциями

Цель: учить распознавать базовые эмоции.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами эмоций;
- учить распознавать радость, грусть, гнев;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию» – педагог показывает, дети повторяют.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – знакомство с эмоциями (радость, грусть, гнев). 2. Игра «Покажи эмоцию» – дети показывают эмоции по пиктограммам. 3. Игра «Угадай настроение» – педагог показывает эмоцию, дети угадывают.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 26. Развитие эмоциональной сферы

Цель: развивать эмоциональную отзывчивость.

Задачи:

- развивать умение выражать свои чувства;
- развивать эмпатию;
- формировать навыки саморегуляции.

Оборудование: пиктограммы эмоций, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Как ты себя чувствуешь?» – дети показывают своё настроение.
Основная часть	1. Игра «Угадай настроение» – по картинке с ситуацией дети определяют эмоцию. 2. Упражнение «Покажи, как ты радуешься» – показ эмоций. 3. Игра «Спокойные ручки» – упражнение на саморегуляцию.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 27. Развитие коммуникативных навыков

Цель: формировать навыки взаимодействия.

Задачи:

- формировать навыки взаимодействия со сверстниками;

- развивать умение играть вместе;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: игрушки для совместной игры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Дружная семья» – дети изображают членов семьи. 2. Совместная игра с правилами – «Передай мяч». 3. Игра «Делаем вместе» – совместное выполнение задания.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 28. Развитие мелкой моторики

Цель: развивать мелкую моторику, координацию.

Задачи:

- развивать мелкую моторику;
- развивать координацию движений;
- развивать усидчивость.

Оборудование: бусины, шнурки, мелкие предметы, прищепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Пальчиковая гимнастика «Сорока-ворона», «Ладушки».
Основная часть	1. Нанизывание бусин на шнурок – развитие мелкой моторики. 2. Перекладывание мелких предметов. 3. Игра с прищепками – прикрепление к картонке. 4. Пальчиковая гимнастика «Замок».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 29. Развитие творческих способностей

Цель: развивать творческие способности.

Задачи:

- развивать творческие способности;
- развивать мелкую моторику;
- развивать воображение.

Оборудование: бумага, краски, пластилин, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Рисование – свободное рисование по желанию. 2. Лепка – лепка простых фигур (шарик, колбаска). 3. Аппликация – наклеивание готовых деталей.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 30. Итоговое занятие

Цель: закрепить полученные навыки, подвести итоги.

Задачи:

- закрепить полученные знания и навыки;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- завершить программу.

Оборудование: дидактические игры, игрушки, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Игры на закрепление – «Найди цвет», «Найди форму», «Разложи по величине». 2. Игра «Вспомни жесты» – повторение изученных жестов. 3. Рефлексия – «Что тебе понравилось?», «Что ты запомнил?». 4. Свободное рисование или лепка.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ С(К)ШИ № 37

_____Зайцева И.А.

«____»_____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

«Шаг в школу»

1 доп. класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 1 дополнительного класса МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Программа носит групповой характер и учитывает особые образовательные потребности, личностные особенности и начальный этап адаптации обучающихся к условиям школьной среды.

Название программы — «Шаг в школу» — отражает основную цель работы: помочь ребёнку сделать первый шаг в школьную жизнь, адаптироваться к новым условиям, развить эмоционально-волевую сферу и познавательную деятельность, сформировать навыки учебного сотрудничества и позитивное отношение к школе.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021, с изменениями 2026 г.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Положения о психолого-педагогическом консилиуме МБОУ С(К)ШИ № 37;
- Учебно-методического пособия: Пискун О.Ю. «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (НГПУ, 2005).

Целевая группа

Первый дополнительный класс — это **начальный этап адаптации** к школьной жизни. У обучающихся могут наблюдаться:

- трудности адаптации к новым условиям;
- эмоциональная нестабильность;
- недостаточность произвольной регуляции;
- трудности в установлении контактов со сверстниками и взрослыми;
- недостаточный уровень развития познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, речи);
- трудности в понимании и выражении эмоций;
- склонность к нежелательному поведению как способу совладания с напряжением.

Обучающиеся нуждаются в комплексной поддержке, в создании психологически безопасной среды, в развитии эмоционально-волевой сферы и познавательной деятельности.

Актуальность программы

Современные требования к образованию детей с ОВЗ ориентируют педагога-психолога на формирование жизненных компетенций, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию. Для обучающихся 1 дополнительного класса особенно важным является создание психологически безопасной среды, в которой они смогут:

- адаптироваться к условиям школьной среды;
- развивать навыки эмоциональной саморегуляции;
- формировать конструктивные способы общения;
- укреплять произвольную регуляцию поведения;
- развивать высшие психические функции (внимание, память, мышление, речь);
- формировать позитивное отношение к школе;
- получить опыт доверительных отношений со взрослым.

Программа учитывает индивидуальные особенности обучающихся, их эмоциональное состояние, поведенческие реакции и начальный этап адаптации к школе.

Цель программы

Создание условий для адаптации к школе, развития эмоционально-волевой сферы и познавательной деятельности; коррекции и развития коммуникативной сферы; развития высших психических функций; развития произвольной регуляции деятельности и поведения; работы с эмоциональным состоянием; коррекции и профилактики нежелательного поведения; формирования позитивного отношения к школе.

Задачи программы

1. **Адаптация к школе:**
    - создание психологически безопасной среды;
    - формирование позитивного отношения к школе;
    - знакомство с правилами школьной жизни;
    - формирование навыков учебного сотрудничества.
2. **Развитие эмоционально-волевой сферы:**
    - развитие умения понимать и выражать свои эмоции;
    - обучение способам эмоциональной саморегуляции;
    - развитие произвольной регуляции поведения;
    - формирование навыков самоконтроля.
3. **Развитие познавательной деятельности:**
    - развитие внимания (концентрации, устойчивости, переключения);
    - развитие памяти (зрительной, слуховой, ассоциативной);
    - развитие мышления (наглядно-образного, логического);

    - развитие речи (связной, аргументированной);
    - развитие воображения и творческих способностей.
4. **Коррекция и развитие коммуникативной сферы:**
    - формирование навыков конструктивного общения;
    - развитие умения слушать и слышать;
    - формирование навыков работы в группе;
    - развитие эмпатии и понимания чувств других людей.
5. **Работа с эмоциональным состоянием:**
    - снижение эмоционального напряжения;
    - обучение приёмам релаксации;
    - формирование позитивного эмоционального фона.
6. **Коррекция и профилактика нежелательного поведения:**
    - обучение конструктивным способам выражения эмоций;
    - формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов;
    - профилактика агрессивного и аутоагрессивного поведения.

Планируемые результаты

В адаптационной сфере:

- успешная адаптация к условиям школьной среды;
- позитивное отношение к школе;
- знание и соблюдение правил школьной жизни;
- навыки учебного сотрудничества.

В эмоционально-волевой сфере:

- умение понимать и выражать свои эмоции;
- навыки эмоциональной саморегуляции;
- развитие произвольной регуляции поведения;
- навыки самоконтроля.

В познавательной сфере:

- развитие концентрации и устойчивости внимания;
- укрепление памяти;
- развитие мышления и речи;
- развитие воображения.

В коммуникативной сфере:

- навыки конструктивного общения;
- умение работать в группе;
- развитие эмпатии;
- опыт доверительных отношений со взрослым.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **33 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–3 — диагностический блок**:
    - Занятие 1 — первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния;

    - Занятие 2 — диагностика эмоционального состояния, выявление страхов и тревожности;
    - Занятие 3 — диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.
- **Занятия 4–33 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–3): сбор информации об уровне развития познавательной, эмоционально-волевой, коммуникативной и регуляторной сфер обучающихся, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 4–33): реализация содержательных разделов:

1. Адаптация к школе. Развитие эмоционально-волевой сферы (занятия 4–11).
2. Развитие познавательной деятельности (занятия 12–23).
3. Развитие коммуникативной сферы (занятия 24–29).
4. Формирование позитивного отношения к школе. Итоги (занятия 30–33).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода, безопасности и конфиденциальности.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения (концентрация, переключение внимания);
- тренинговые упражнения (саморегуляция, стрессоустойчивость);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- ролевые игры (разрешение конфликтов, эмпатия);
- групповые дискуссии (анализ жизненных ситуаций, выбор решений);
- релаксационные упражнения (дыхательные, мышечные);
- диагностические методики (тесты, анкеты, наблюдение);
- работа с текстами, таблицами, схемами;
- беседы, направленные на формирование доверительных отношений;
- проективные методики (рисунок, коллаж, метафора).

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями, социальным педагогом и родителями (законными представителями).

Формат проведения: групповой (малые группы по 4–6 человек).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 280 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.
24. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
25. Ахутина, Т. В., Пылаева, Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.
26. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2025. — 288 с.
27. Дмитриева, Е. Е. Коммуникативное развитие детей с ОВЗ: теория и практика. — М. : Юрайт, 2024. — 215 с.
28. Кузнецова, Л. В. Сенсорная интеграция в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. — М. : Владос, 2025. — 198 с.

29. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — 2-е изд. — СПб. : Речь, 2024. — 400 с.
30. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Типология отклоняющегося развития: модель анализа и её использование в практической деятельности. — 4-е изд. — М. : Генезис, 2025. — 368 с.
31. **Карабанова, О. А.** Психология готовности к школе. — М. : Юрайт, 2024. — 280 с.
32. **Нижегородцева, Н. В., Шадриков, В. Д.** Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. — 2-е изд. — М. : Владос, 2025. — 256 с.
33. **Гуткина, Н. И.** Психологическая готовность к школе. — 5-е изд. — СПб. : Питер, 2024. — 208 с.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма зрительной памяти
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн	Оценка понимания причинно-следственных связей
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки
Эмоциональная сфера	«Эмоциональные лица»	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Диагностика распознавания базовых эмоций

Сфера	Методика	Источник	Цель
Эмоциональная сфера	«Страхи в домиках»	А.И. Захаров, М.А. Панфилова	Выявление страхов и тревожности
Эмоциональная сфера	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния
Готовность к школе	«Домик»	Н.И. Гуткина	Оценка произвольной регуляции, зрительно-моторной координации
Готовность к школе	«Графический диктант»	Д.Б. Эльконин	Оценка умения действовать по правилу
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня адаптированности
Поведение	Карта наблюдений (адаптированная)	Д. Стотт	Выявление признаков нежелательного поведения

Тематическое планирование (33 занятия)

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–3)					
1	**Знакомство: первый шаг в школу**	1	Первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния.	Методики: «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка». Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, беседа, рисование
2	**Мой внутренний мир: эмоции**	1	Диагностика эмоционального состояния, выявление страхов и тревожности.	«Эмоциональные лица», «Страхи в домиках», Цветовой тест Люшера.	Индивидуальная, диагностическая
3	**Я и мой класс: общение**	1	Диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.	Наблюдение в игровой и учебной деятельности, беседа с учителем.	Групповая, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 4–33)					
Раздел 1. Адаптация к школе. Развитие эмоционально-волевой сферы (занятия 4–11)					
4	**Здравствуй, школа!**	1	Адаптация к школе. Формирование позитивного отношения к школе.	«Моя школа», «Что мне нравится в школе?».	Групповая, игровая, беседа
5	**Правила школьной жизни**	1	Знакомство с правилами школьной жизни.	«Мои правила», «Что можно, что нельзя».	Групповая, игровая
6	**Мои эмоции: учимся понимать**	1	Развитие умения понимать и выражать свои эмоции.	«Покажи эмоцию», «Моё настроение», рисование	Групповая, игровая, арт-терапия

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				эмоций.	
7	**Эмоции других: учимся понимать**	1	Развитие эмпатии и понимания чувств других людей.	«Что чувствует герой?», ролевые игры.	Групповая, ролевая игра
8	**Учимся управлять собой**	1	Развитие произвольной регуляции поведения.	«Стоп-игра», «Держи себя в руках».	Групповая, игровая
9	**Учимся расслабляться**	1	Обучение приёмам релаксации.	Дыхательные упражнения, «Спокойное место».	Групповая, тренинг
10	**Учимся ждать**	1	Развитие терпения и выдержки.	«Дождись своей очереди», «Молчанка».	Групповая, игровая
11	**Моё настроение: итоги**	1	Закрепление навыков саморегуляции.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
Раздел 2. Развитие познавательной деятельности (занятия 12–23)					
12	**Внимание: учимся сосредотачиваться**	1	Развитие концентрации и устойчивости внимания.	Корректурная проба, «Найди отличия», «Что изменилось?».	Групповая, игровая
13	**Память: учимся запоминать**	1	Развитие слуховой и зрительной памяти.	«10 слов», «Запомни рисунки», «Мемо».	Групповая, игровая
14	**Мышление: учимся думать**	1	Развитие логического мышления.	«Четвёртый лишний», «Продолжи ряд», логические задачи.	Групповая, игровая
15	**Речь: учимся говорить**	1	Развитие связной речи.	«Расскажи историю», «Опиши предмет».	Групповая, беседа

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
16	**Воображение: учимся фантазировать**	1	Развитие воображения и творческого мышления.	«Нарисуй несуществующее», «Придумай историю».	Групповая, творческая
17	**Память и внимание: тренинг**	1	Закрепление навыков запоминания и внимания.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
18	**Мышление и речь: тренинг**	1	Закрепление навыков мышления и речи.	Комплексные упражнения.	Групповая, беседа
19	**Внимание и память: тренинг**	1	Закрепление навыков внимания и памяти.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
20	**Логика: учимся рассуждать**	1	Развитие логического мышления.	Логические задачи, «Продолжи ряд».	Групповая, игровая
21	**Творчество: учимся создавать**	1	Развитие творческих способностей.	«Нарисуй несуществующее», «Придумай историю».	Групповая, творческая
22	**Познавательный тренинг: итоги**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Групповая, игровая
23	**Я умею думать и запоминать: итоги**	1	Закрепление познавательных навыков.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
Раздел 3. Развитие коммуникативной сферы (занятия 24–29)					
24	**Общение: учимся говорить и слушать**	1	Формирование навыков конструктивного общения.	«Я-сообщения», «Активное слушание».	Групповая, беседа
25	**Дружба: учимся строить отношения**	1	Развитие навыков построения дружеских отношений.	«Мой друг», «Как поддержать друга?».	Групповая, беседа

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
26	**Конфликты: учимся решать мирно**	1	Обучение конструктивному разрешению конфликтов.	Ролевые игры, «Медиация».	Групповая, ролевая игра
27	**Работа в группе: учимся сотрудничать**	1	Развитие навыков работы в группе.	«Построй башню», «Рисунок по кругу».	Групповая, коллективная
28	**Коммуникативный тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков общения.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
29	**Я и другие: итоги**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Групповая, игровая
Раздел 4. Формирование позитивного отношения к школе. Итоги (занятия 30–33)					
30	**Мои успехи: учимся замечать хорошее**	1	Формирование позитивной самооценки.	«Мои достижения», «Я могу».	Групповая, беседа
31	**Я в школе: учимся адаптироваться**	1	Помощь в адаптации к школьной среде.	«Мой класс», «Мои правила».	Групповая, беседа
32	**Итоговое занятие: самоанализ и рефлексия**	1	Подведение итогов года. Диагностика динамики.	Анкета, беседа, рефлексия.	Групповая, беседа
33	**Заключительное занятие: планы на будущее**	1	Завершение программы. Постановка целей на следующий год.	«Письмо себе в будущее», обсуждение.	Групповая, беседа

Конспекты занятий

Занятие № 1. Знакомство: первый шаг в школу

Цель: первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния.

Задачи:

- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Запомни рисунки»;
- провести методику «Четвёртый лишний»;
- провести методику «Лесенка»;
- провести беседу об эмоциях;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки методик, карточки с пиктограммами эмоций, цветные карандаши, протоколы.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать и различать эмоции».
Основная часть	1. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. Методика «Запомни рисунки» — предъявление 10 предметных картинок, ребёнок запоминает, затем воспроизводит по памяти. 3. Методика «Четвёртый лишний» — предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет. 4. Методика «Лесенка» — ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 5. Беседа об эмоциях — показываем пиктограммы, ребёнок называет/показывает эмоцию, рассказывает, когда он так себя чувствовал. 6. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Релаксация «Спокойное дыхание». Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Мой внутренний мир: эмоции

Цель: диагностика эмоционального состояния, выявление страхов и тревожности.

Задачи:

- провести методику «Эмоциональные лица»;
- провести методику «Страхи в домиках»;
- провести цветовой тест Люшера (адаптированный);
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: карточки с эмоциями, бланки «Страхи в домиках», цветные карточки Люшера, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы поговорим о твоих чувствах и настроении».
Основная часть	1. Методика «Эмоциональные лица» — ребёнок соотносит эмоции с ситуациями. 2. Методика «Страхи в домиках» — ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. 3. Цветовой тест Люшера (адаптированный) — выбор цветов. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» — дыхательное упражнение. Прощание.

Занятие № 3. Я и мой класс: общение

Цель: диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.

Задачи:

- провести диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности;
- провести беседу с учителем;
- зафиксировать результаты в протоколах;
- уточнить индивидуальные маршруты коррекции.

Оборудование: листы наблюдения, протоколы, карточки для игровых ситуаций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на совместную работу.
Основная часть	1. Игровая ситуация «Мы вместе» — совместное выполнение задания. 2. Наблюдение за взаимодействием: умение договариваться, слушать, уступать. 3. Беседа с учителем об особенностях общения и адаптации ребёнка. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко? Что трудно?». Прощание.

Занятие № 4. Здравствуй, школа!

Цель: адаптация к школе. Формирование позитивного отношения к школе.

Задачи:

- создать благоприятную атмосферу в группе;
- формировать позитивное отношение к школе;
- развивать умение выражать свои чувства.

Оборудование: мяч, ватман, маркеры, карточки с эмоциями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Игра «Назови имя с эмоцией» — каждый называет своё имя и показывает эмоцию.
Основная часть	1. Беседа: «Что такое школа?». 2. «Моя школа» — рисование. 3. «Что мне нравится в школе?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось сегодня?». Прощание.

Занятие № 5. Правила школьной жизни

Цель: знакомство с правилами школьной жизни.

Задачи:

- познакомить с правилами школьной жизни;
- формировать навык соблюдения правил;
- развивать самоконтроль.

Оборудование: карточки с правилами, игровые задания.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. «Мои правила» — обсуждение. 2. «Что можно, что нельзя» — игра. 3. «Правила игры» — составление правил группы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе соблюдать правила?». Прощание.

Занятие № 6. Мои эмоции: учимся понимать

Цель: развитие умения понимать и выражать свои эмоции.

Задачи:

- учить распознавать базовые эмоции;
- развивать умение выражать эмоции словами;

- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с эмоциями, листы для рисования, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию» — ребёнок показывает эмоцию, психолог угадывает.
Основная часть	1. «Моё настроение» — рисование эмоции. 2. «Когда я чувствую...» — обсуждение ситуаций. 3. «Словарь эмоций» — называние эмоций.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие эмоции тебе легче узнавать?». Прощание.

Занятие № 7. Эмоции других: учимся понимать

Цель: развитие эмпатии и понимания чувств других людей.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей по мимике и жестам;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 8. Учимся управлять собой

Цель: развитие произвольной регуляции поведения.

Задачи:

- учить управлять своим поведением;
- развивать выдержку;
- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с заданиями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Стоп-игра».
Основная часть	1. «Держи себя в руках» — упражнение на выдержку. 2. «Стоп-сигнал» — умение вовремя остановиться. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?». Прощание.

Занятие № 9. Учимся расслабляться

Цель: обучение приёмам релаксации.

Задачи:

- учить расслабляться;
- осваивать дыхательные упражнения;
- формировать навык саморегуляции.

Оборудование: музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое напряжение?».
Основная часть	1. Дыхательные упражнения «Спокойное дыхание». 2. «Шалтай-Болтай» — расслабление мышц. 3. «Моё спокойное место» — визуализация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе расслабиться?». Прощание.

Занятие № 10. Учимся ждать

Цель: развитие терпения и выдержки.

Задачи:

- учить ждать своей очереди;
- развивать выдержку;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: игровые задания, карточки.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Дождись своей очереди».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. «Молчанка» — упражнение на выдержку. 2. «Дождись сигнала» — умение ждать. 3. «Терпение — это...» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 11. Моё настроение: итоги

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- обобщить приёмы саморегуляции;
- тренировать навыки управления эмоциями;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на саморегуляцию. 2. Дыхательные упражнения. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?». Прощание.

Занятие № 12. Внимание: учимся сосредотачиваться

Цель: развитие концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- тренировать способность удерживать внимание на задании;
- развивать умение замечать детали;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: корректурные бланки, картинки «Найди отличия», набор предметов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал» — хлопок, топот, молчание.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Корректурная проба (фигурный вариант) — вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 2. «Найди отличия» — сравнение двух картинок. 3. «Что изменилось?» — на столе 7–8 предметов, ребёнок запоминает, затем находит изменения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 13. Память: учимся запоминать

Цель: развитие слуховой и зрительной памяти.

Задачи:

- тренировать слуховую память;
- развивать зрительную память;
- учить использовать приёмы запоминания.

Оборудование: бланки для «10 слов», карточки «Запомни рисунки», игра «Мемо».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Повтори за мной» — повторение цепочки слов.
Основная часть	1. «10 слов» — зачитывание, воспроизведение. 2. «Запомни рисунки» — предъявление 10 картинок, воспроизведение. 3. «Мемо» — поиск парных картинок.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе легче запомнить — слова или картинки?». Прощание.

Занятие № 14. Мышление: учимся думать

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- учить решать логические задачи;
- развивать операции анализа и синтеза;
- тренировать умение устанавливать закономерности.

Оборудование: логические задачи, карточки «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Четвёртый лишний» — нахождение лишнего с объяснением. 2. «Продолжи ряд» — выявление закономерности. 3. Логические задачи — решение задач на смекалку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая задача была самой интересной?». Прощание.

Занятие № 15. Речь: учимся говорить

Цель: развитие связной речи.

Задачи:

- развивать связную речь;
- учить выражать свою точку зрения;
- тренировать навык описания.

Оборудование: карточки с картинками, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Расскажи историю» — составление связного рассказа. 2. «Опиши предмет» — упражнение на описание. 3. «Моё мнение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 16. Воображение: учимся фантазировать

Цель: развитие воображения и творческого мышления.

Задачи:

- развивать творческое воображение;
- учить создавать новые образы;
- формировать навык самовыражения.

Оборудование: листы, карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «На что похоже?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Нарисуй несуществующее животное» — творческое задание. 2. «Придумай историю» — сочинение рассказа. 3. «Дорисуй» — завершение незаконченного рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 17. Память и внимание: тренинг

Цель: закрепление навыков запоминания и внимания.

Задачи:

- обобщить приёмы запоминания;
- тренировать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры «Мемо», «Запомни пары».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Вспомни и назови».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на все виды памяти. 2. «Мемо» — игра на зрительную память. 3. «Запомни пары» — игра на ассоциативную память.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вид памяти у тебя самый сильный?». Прощание.

Занятие № 18. Мышление и речь: тренинг

Цель: закрепление навыков мышления и речи.

Задачи:

- обобщить приёмы мышления;
- тренировать навыки аргументации;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, логические задачи.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. Комплексные упражнения на мышление. 2. «Докажи свою точку зрения» — аргументация. 3. «Расскажи историю» — связная речь.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 19. Внимание и память: тренинг

Цель: закрепление навыков внимания и памяти.

Задачи:

- обобщить приёмы внимания и памяти;
- тренировать концентрацию;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры на внимание.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на внимание. 2. «Найди отличия» — тренинг. 3. «Что изменилось?» — тренинг.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 20. Логика: учимся рассуждать

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- учить рассуждать и делать выводы;
- развивать операции анализа и синтеза;
- тренировать умение устанавливать закономерности.

Оборудование: логические задачи, карточки «Продолжи ряд».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Продолжи ряд».
Основная часть	1. Логические задачи — решение задач на смекалку.

Этап	Содержание
	2. «Продолжи ряд» — выявление закономерности. 3. «Что лишнее?» — нахождение лишнего с объяснением.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая задача была самой интересной?». Прощание.

Занятие № 21. Творчество: учимся создавать

Цель: развитие творческих способностей.

Задачи:

- развивать творческое воображение;
- учить создавать новые образы;
- формировать навык самовыражения.

Оборудование: листы, карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «На что похоже?».
Основная часть	1. «Нарисуй несуществующее животное» — творческое задание. 2. «Придумай историю» — сочинение рассказа. 3. «Дорисуй» — завершение незаконченного рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 22. Познавательный тренинг: итоги

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным

Этап	Содержание
	темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 23. Я умею думать и запоминать: итоги

Цель: закрепление познавательных навыков.

Задачи:

- обобщить познавательные навыки;
- тренировать все виды памяти и мышления;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Вспомни и назови».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на память и мышление. 2. «Мемо» — игра на зрительную память. 3. «Продолжи ряд» — логическое мышление.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вид памяти у тебя самый сильный?». Прощание.

Занятие № 24. Общение: учимся говорить и слушать

Цель: формирование навыков конструктивного общения.

Задачи:

- учить выражать свои мысли и чувства;
- развивать умение слушать собеседника;
- формировать навык «Я-сообщений».

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Испорченный телефон».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Активное слушание» — упражнение на понимание. 3. Ролевая игра «Разговор» — поиск решения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе в общении?». Прощание.

Занятие № 25. Дружба: учимся строить отношения

Цель: развитие навыков построения дружеских отношений.

Задачи:

- формировать представления о дружбе;
- развивать умение поддерживать дружеские отношения;
- формировать навык доверия.

Оборудование: листы для рисования, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое дружба?».
Основная часть	1. «Мой друг» — рисование. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Дружба — это...» — составление правил дружбы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что для тебя важно в дружбе?». Прощание.

Занятие № 26. Конфликты: учимся решать мирно

Цель: обучение конструктивному разрешению конфликтов.

Задачи:

- учить разрешать конфликты мирным путём;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение договариваться.

Оборудование: карточки с конфликтными ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мирное решение».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах.

Этап	Содержание
	2. Ролевая игра «Конфликт» — поиск решения. 3. «Медиация» — учимся договариваться.
Заключительная часть	Рефлексия: «Как ты будешь решать конфликты?». Прощание.

Занятие № 27. Работа в группе: учимся сотрудничать

Цель: развитие навыков работы в группе.

Задачи:

- учить договариваться и распределять роли;
- развивать умение слушать и слышать;
- формировать навык совместной деятельности.

Оборудование: конструктор, ватман, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мы вместе».
Основная часть	1. «Построй башню» — совместная деятельность в парах/тройках. 2. «Рисунок по кругу» — каждый рисует элемент на общем листе. 3. Обсуждение: «Что помогло вам договориться?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в работе с другими?». Прощание.

Занятие № 28. Коммуникативный тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков общения.

Задачи:

- обобщить навыки общения;
- тренировать умение выражать эмоции;
- развивать уверенность в общении.

Оборудование: комплекс карточек, игры на взаимодействие.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мы вместе».

Этап	Содержание
Основная часть	1. Комплексные упражнения на общение. 2. «Я-сообщения» — тренинг. 3. «Активное слушание» — тренинг.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в общении?». Прощание.

Занятие № 29. Я и другие: итоги

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 30. Мои успехи: учимся замечать хорошее

Цель: формирование позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение замечать свои успехи;
- формировать позитивную самооценку;
- развивать уверенность в себе.

Оборудование: листы для рисования, карточки с достижениями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мои достижения».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Мои достижения» — обсуждение. 2. «Я могу» — упражнение на уверенность. 3. «За что меня можно похвалить?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе в себе нравится?». Прощание.

Занятие № 31. Я в школе: учимся адаптироваться

Цель: помощь в адаптации к школьной среде.

Задачи:

- помочь адаптироваться к школьной среде;
- формировать навыки учебного сотрудничества;
- развивать уверенность в школе.

Оборудование: листы для рисования, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Как ты чувствуешь себя в школе?».
Основная часть	1. «Мой класс» — рисование. 2. «Мои правила» — обсуждение. 3. «Что помогает мне в школе?» — упражнение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нравится в школе?». Прощание.

Занятие № 32. Итоговое занятие: самоанализ и рефлексия

Цель: подведение итогов года, диагностика динамики.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- оценить динамику развития;
- развивать навык саморефлексии.

Оборудование: бланки диагностических методик, анкеты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговое занятие.
Основная часть	1. Повторная диагностика (сокращённый вариант) — «10

Этап	Содержание
	слов», «Лесенка», «Эмоциональные лица». 2. Беседа об изменениях: «Что ты научился делать лучше?». 3. Анкета «Мои достижения».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего за год?». Прощание.

Занятие № 33. Заключительное занятие: планы на будущее

Цель: завершение программы, постановка целей на следующий год.

Задачи:

- подвести итоги года;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- помочь поставить цели на будущее.

Оборудование: листы, конверты, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на завершение.
Основная часть	1. «Письмо себе в будущее» — написание письма. 2. «Мои планы на лето» — обсуждение. 3. «Пожелания себе» — упражнение.
Заключительная часть	Прощание, пожелание добрых слов.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____»_____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

по адаптации

1 класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий по адаптации разработана для обучающихся 1 класса МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Концепции развития психологической службы в системе образования Российской Федерации;
- Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ;
- Программы коррекционно-развивающих занятий для I класса (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002);
- Курса занятий с детьми 5—10 лет (М.В. Евлампиева, Т.Н. Ланина, М.В. Черенков).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 1 класса вспомогательного класса школы, где обучаются дети со **сложной структурой дефекта** (сочетание нарушений слуха различной степени с задержкой психического развития или интеллектуальными нарушениями). Данная категория детей характеризуется специфическими особенностями познавательной, эмоционально-волевой и коммуникативной сфер, что требует особого подхода к организации психологического сопровождения на начальном этапе школьного обучения.

Актуальность программы

Первый год обучения в школе является критическим периодом для любого ребенка, а для детей со сложными нарушениями развития — особенно значимым. Поступление в школу предъявляет повышенные требования к адаптационным ресурсам первоклассника: способности к принятию новой социальной позиции, установлению контактов со взрослыми и сверстниками, усвоению школьных правил и норм, произвольной регуляции поведения. Для детей с нарушениями слуха и интеллекта эти задачи осложняются ограниченными возможностями речевого общения, сниженной познавательной активностью, трудностями понимания социальных ситуаций, повышенной тревожностью и эмоциональной нестабильностью.

Адаптационный период у данной категории детей, как правило, протекает более длительно и требует целенаправленного психолого-педагогического сопровождения, учитывающего индивидуальные психофизические особенности каждого ребенка, его актуальный уровень развития и зону ближайшего развития. Своевременная и системная коррекционно-развивающая работа в адаптационный период способствует предотвращению школьной дезадаптации, формированию учебной мотивации, развитию коммуникативных навыков и эмоциональной стабильности, что создает основу для успешного обучения в последующие годы.

Цель программы

Обеспечение каждому обучающемуся индивидуальной траектории развития на первом этапе обучения с учетом психофизических особенностей, актуальных возможностей и потенциальных способностей первоклассника со сложной структурой дефекта, создание условий для успешной социально-психологической адаптации к школьному обучению.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (первые 3 занятия):

1. Выявление актуального уровня развития познавательных процессов, эмоционально-личностной сферы, коммуникативных навыков и психомоторного развития каждого первоклассника.
2. Оценка степени адаптированности ребенка к новым условиям обучения, выявление признаков дезадаптации.
3. Определение индивидуальных «зон ближайшего развития» для построения дальнейшей коррекционно-развивающей работы.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (30 занятий):

1. **Эмоционально-личностное развитие:** формирование уверенности в себе, снижение уровня тревожности и страхов, стабилизация эмоционального состояния, развитие навыков саморегуляции и произвольного контроля поведения.
2. **Социально-коммуникативное развитие:** формирование умения взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в условиях коллективной деятельности, развитие навыков сотрудничества, коммуникативной компетентности, понимания эмоциональных состояний других людей.
3. **Познавательное развитие:** развитие сенсорно-перцептивной сферы (зрительного, тактильного, слухо-вибрационного восприятия), формирование пространственных представлений, развитие наглядно-образного и элементов понятийного мышления, внимания, памяти, воображения.
4. **Развитие психомоторной сферы:** развитие мелкой моторики, графомоторных навыков, координации движений, функции равновесия, кинестетических и статических ощущений.
5. **Формирование учебной деятельности:** развитие произвольности психических процессов, формирование умения действовать по образцу и инструкции, развитие способности к планированию и контролю собственных действий, оречевлению выполняемых действий.

Планируемые результаты реализации программы

По итогам диагностического этапа – получение полных данных об уровне развития каждого ребенка, определение индивидуальных маршрутов коррекции.

По итогам коррекционно-развивающего этапа – у первоклассников предполагается формирование следующих умений и навыков:

В эмоционально-личностной сфере:

- умение распознавать и передавать свое настроение различными способами (мимикой, жестом, рисунком, цветом);
- снижение уровня страхов и тревожности, появление активной позиции «небоящегося»;
- способность к элементарной саморегуляции эмоциональных состояний.

В социально-коммуникативной сфере:

- умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в условиях коллектива (класса);
- готовность к сотрудничеству в парах и малых группах;
- понимание эмоциональных состояний других людей (по пиктограммам, мимике, жестам).

В познавательной сфере:

- умение мыслить образами, составлять целое из частей и выделять части из целого;
- умение рисовать, штриховать, различать цвета, соотносить цветовую гамму с эмоциональным образом;
- умение сравнивать противоположные понятия, соизмерять ширину, высоту, длину предметов;
- умение обобщать предметы по цвету, форме, величине (на начальном этапе);
- умение выделять объект на картине, устанавливать закономерности на зрительно воспринимаемом материале;
- умение составлять простейший рассказ по серии картинок (из 3—4 изображений);
- умение запоминать, сохранять и воспроизводить материал, оречевлять свои действия.

В психомоторной сфере:

- умение выполнять точные, асимметричные движения по образцу и сигналу (на начальном этапе);
- умение сохранять равновесие при выполнении упражнений;
- умение определять источник звука по вибрации;
- умение определять предмет с помощью осязания.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь – май). Общая продолжительность – **33 занятия** (1 раз в неделю).

- **Первые 3 недели (3 занятия) – диагностический блок**:

  1-е занятие – первичная психолого-педагогическая диагностика (индивидуальное обследование);
  2-е и 3-е занятия – **наблюдение за процессом самоадаптации** первоклассников в режиме группового взаимодействия (игровые ситуации, свободная деятельность, выполнение несложных инструкций).

Далее следуют **30 коррекционно-развивающих занятий** по тематическому плану (с 4-го по 33-е занятие).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап – диагностический (3 занятия): сбор информации об уровне развития каждого ребенка, его эмоциональном состоянии, особенностях поведения, коммуникативных навыках, а также наблюдение за динамикой адаптации в классе.

II этап – коррекционно-развивающий (30 занятий): реализация содержательных разделов:

1. Коррекция тревожности и страхов.
2. Коррекция агрессивного поведения.

3. Развитие понятийного мышления.
4. Снятие эмоционального дискомфорта, создание ситуации успеха.
5. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития.
6. Гармонизация личности, развитие эмоционального интеллекта.
7. Развитие познавательных способностей (внимания, памяти, мышления, воображения).
8. Развитие коммуникативных навыков и социального взаимодействия.

Каждое занятие строится с учетом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода к обучающимся. В структуру занятия включены: организационный момент, основная часть (игровые, арт-терапевтические, психогимнастические упражнения, дидактические игры), рефлексивный этап, ритуал завершения.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы коррекционно-развивающей работы:

- арт-терапия (рисование, лепка, аппликация, монотипия, кляксография);
- игротерапия (сюжетно-ролевые, подвижные, дидактические игры);
- психогимнастика и телесно-ориентированные упражнения;
- упражнения на развитие сенсорного восприятия (тактильные, вибрационные, зрительные);
- упражнения на развитие познавательных процессов;
- элементы релаксации и аутогенной тренировки;
- работа в парах и малых группах.

Условия реализации программы

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки, сенсорной комнате) с использованием необходимых материалов и оборудования: краски, карандаши, фломастеры, пластилин, тактильные наборы, дидактические игры, балансировочные доски, материалы Монтессори и др.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями) обучающихся для обеспечения единства требований и преемственности коррекционно-развивающей работы.

Список литературы

1. Айзман Г.И., Жарова Г.Н., Айзман Л.К., Савенков А.И., Забрамная С.Д., Ядринская И.Е. Подготовка ребенка к школе. – Томск, 1994.
2. Асмолова А.Г., Солдатова Г.У., Макарчук А.В. Искусство жить с непохожими людьми: психотехники толерантности. – М.: Московия, 2009.
3. Астахов В.М. Введение в дефектологию с основами нейро- и патопсихологии. – М., 1994.
4. Бардиер Г., Никольская И. Что касается меня… Сомнения и переживания самых младших школьников. – СПб.: Речь, 2005.
5. Бархаев Б.П. Педагогическая психология. – СПб.: Питер, 2009.
6. Выгодская Г.Л. Обучение глухих дошкольников сюжетно-ролевым играм. – М., 1975.
7. Головчиц Л.А. Дошкольная сурдопедагогика. – М., 2001.
8. Гилевич И.М., Забара Е.А., Ипполитова М.В. Дети с отклонениями в развитии. – М., 1997.
9. Гущина Т.И., Речицкая Е.Г. Коррекционная работа по развитию познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития. – М.: Владос, 2022.
10. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. – М., 1986.

11. Захаров А.И. Неврозы у детей. – СПб, 1996.
12. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Нисневич Л.А. Как помочь «особому» ребенку. – СПб, 2000.
13. Кащенко В.П. Педагогическая коррекция. – М., 1999.
14. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира у детей. – Ярославль, 1998.
15. Кувшинова И.А., Шафранова Ю.А. Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации младших школьников с нарушением слуха к инклюзивной образовательной среде: монография. – Магнитогорск: Изд-во Магнитогорского гос. технического ун-та им. Г.И. Носова, 2023. – 105 с.--1
16. Макарова Е. Преодолеть страх, или искусство – терапия. – М., 1996.
17. Медведева Е.А., Богданова Т.Г., Журавлева Ж.И. Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании: учебник. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2023. – 274 с.
18. Медведева И., Шишова Т. Разноцветные белые вороны. – М., 1996.
19. Монтессори-материал. – 2015.
20. Монина Г.Б. Парциальная программа «Лесенка роста». – М.: Детство-Пресс, 2017.
21. Михаленкова И.А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. – СПб, 1999.
22. Никитин Б.П. Ступеньки творчества, или развивающие игры. – М., 1990.
23. Обучение детей с задержкой психического развития / Под ред. Т.А. Власовой, В.И. Лубовского. – М., 1981.
24. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. – М., 2018.
25. Особенности овладения знаниями и умениями детьми с недостатками слуха / Под ред. М.И. Никитиной, Л.М. Быковой, И.А. Михаленковой. – Л., 1982.
26. Петрова В.Г., Белякова И.В. Психология умственно отсталого школьника (олигофренопсихология). – М., 1996.
27. Психология глухих детей / Под ред. И.М. Соловьева, Ж.И. Шиф, Т.В. Розановой, Н.В. Яшуковой. – М., 1970.
28. Речицкая Е.Г., Гайдова Ю.В. Теоретические основы компенсирующего и коррекционно-развивающего образования в начальных классах. Межличностные отношения детей с нарушением слуха: учебное пособие. – 2-е изд., пер. и доп. – М.: Юрайт, 2023. – 138 с.
29. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: учебное пособие. – М.: Генезис, 2007. – 474 с.
30. Тигранова Л.И. Умственное развитие слабослышащих детей. – М., 1978.
31. Тихомирова Л.Ф. Развитие познавательных способностей детей. – Ярославль, 1997.
32. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Генезис, 2025. – 312 с.-
33. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М., 1990.
34. Шишова Т. Страхи – это серьезно. – М., 1997.
35. Шматко Н.Д., Красильникова О.А. Дети с нарушением слуха: учебное пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

При выборе методик важно учитывать уровень речевого развития, слуховые возможности ребёнка и наличие вторичных нарушений.

Сфера	Методика	Источник	Цель
Память	«10 слов»	Лурия А.Р.	Исследование слухоречевой памяти

Сфера	Методика	Источник	Цель
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Н.И. Гуткина	Исследование зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба	Б. Бурдон	Исследование концентрации и устойчивости внимания
Мышление	«Исключение лишнего» (4-й лишний)	Н.Л. Белопольская	Исследование способности к обобщению
Мышление	Классификация предметов	Б.В. Зейгарник	Исследование понятийного мышления-
Мышление	Последовательные картинки	А.Н. Бернштейн, Н.Я. Семаго	Исследование причинно-следственного мышления
Зрительно-моторная координация	«Домик»	Н.И. Гуткина	Исследование мелкой моторики и внимания
Пространственные представления	Кубики Кооса	С. Коос	Исследование пространственного мышления
Самооценка	«Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование самооценки
Учебная мотивация	Анкета для определения школьной мотивации	Н.Г. Лусканова	Выявление уровня школьной мотивации-
Эмоциональная сфера	Цветовой тест	М. Люшер	Исследование эмоционального состояния
Адаптация	Методика определения уровня дезадаптации первоклассников	Ковалева Л.М., Тарасенко Н.Н.	Оценка уровня адаптации

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Диагностический блок (3 занятия)					
1	Первичная психолого-педагогическая диагностика	1	Выявление актуального уровня развития познавательных процессов, эмоционально-личностной сферы, психомоторного развития	• Методика «10 слов» (память) • Методика «Запомни рисунки» (зрительная память) • Методика «Исключение лишнего» (мышление) • Методика «Домик» (зрительно-моторная координация) • Беседа об эмоциях (страхи, тревоги) • Наблюдение за поведением во время обследования	Индивидуальное психолого-педагогическое обследование
2	Наблюдение за адаптацией (игровая диагностика)	1	Оценка коммуникативных навыков, уровня тревожности, способности к взаимодействию в группе	• Свободная игровая деятельность (наблюдение) • Совместная постройка из кубиков (2–3 чел.) • Выполнение простых поручений («принеси», «покажи», «сделай») • Фиксация реакций на похвалу и замечание	Наблюдение в игровых ситуациях, анализ поведения
3	Наблюдение за самоадаптацией (повторное)	1	Отслеживание динамики адаптации, выявление признаков дезадаптации	• Наблюдение на уроке (работоспособность, отвлечение) • Наблюдение на перемене (контакты, активность) • Выполнение простой инструкции («сядь», «открой тетрадь») • Игровой тест «Моё настроение» (цветовой выбор) • Сравнение поведения с первым занятием	Повторное наблюдение в режиме урока и перемены, фиксация динамики

Коррекционно-развивающий блок (30 занятий)					
Раздел 1. Коррекция тревожности и страхов (занятия 4–7)					
4	Рисование линиями и спиралями	1	Развитие моторики, уверенности руки, снижение тревоги	• Рисование спиралей по контурной линии и без неё • Соединение двух предметов единой линией (прямой, волнистой, прерывистой, зигзагообразной) • Игра «Клавиатура» — с закрытыми глазами рисовать фигуры по сторонам • Рисование на свободную тему (успокаивающее)	Рисование, игра
5	Игры на снятие страхов	1	Снятие мышечного напряжения, визуализация, формирование активной позиции	• Аутогенная тренировка «На полянке» (5–7 мин) • Активная игра «Зоопарк» (дети — звери, выброс эмоций на батуте, мяче, барабане, не на человеке) • Релаксация после игры (лёжа на ковре, визуализация) • Массаж / самомассаж (руки, плечи)	АТ, подвижная игра, релаксация
6	Арт-терапия (лепка + аппликация)	1	Преодоление страхов через творчество	• Лепка страшного персонажа (из пластилина, глины, хлеба) • Преобразование страшилки в доброго персонажа (смятие, переделка) • Аппликация методом обрывания «Путешествие на поезде» (клеим вагоны, фигурки пассажиров) • Обсуждение: «Кого я хочу взять с собой?»	Лепка, аппликация, обсуждение
7	Ролевые игры на уверенность	1	Стабилизация энергетического потенциала, развитие уверенности	• «Пятнашки» • «Мяч в кругу» • «Прятки» • Дыхательная гимнастика Стрельниковой («Насос», «Надувание шара») • Игра с тактильной коробкой «Найди предмет» • Этюд «Я смелый» (поза, мимика)	Подвижные игры, дыхательные упражнения, этюд

Раздел 2. Коррекция агрессивного поведения (занятия 8–10)					
8	Эмоции в красках и мимике	1	Формирование самосознания, обучение передаче эмоций	• Рисование себя: «Какой я сейчас», «Каким меня хотят видеть взрослые», «Каким я хочу быть» • Игра «Цвета эмоций»: водящий отгадывает цвет по мимике (красный — радость, чёрный — злость) • Рисование «Красивое и безобразное»	Рисование, игра на мимику
9	Пуантилизм и кляксография	1	Развитие образного мышления, самостоятельности	• Пуантилизм (пальцевая живопись) — накладывание цветовых пятен пальцами • Кляксография — поставить кляксу, развернуть лист, увидеть образ, дорисовать (ушки, хвостик) • Придумать название своему рисунку	Пальцевая живопись, кляксография
10	Кинезиотерапия и звукотерапия	1	Регуляция поведения, снятие возбуждения	• Упражнения на равновесие (ходьба по линии, стойка на одной ноге) • Асимметричные движения по подражанию • Произнесение звуков: [и] (горло), [а] (голова), [ы], [э] (желудок) по 30 раз • Звукосочетание [ГУО] — на левую руку (печень), [ДОН] — на живот, [ЧЁН] — на сердце	Кинезиоупражнения, звукотерапия
Раздел 3. Развитие понятийного мышления (занятия 11–13)					
11	Классификация по цвету и форме	1	Развитие ассоциативных связей	• Работа с набором Фребеля: сортировка по цвету (красные, синие, жёлтые) • Сортировка по форме (квадраты, треугольники, круги, ромбы) • Сортировка по величине (большие, маленькие) • Лото Когана — поиск признаков цвета и формы (49 карточек)	Дидактические игры, сортировка
12	Понятийная классификация	1	Развитие анализа, синтеза, обобщения	• Методика Зейгарник (классификация картинок, облегчённый вариант) • «Положи вместе, что к чему подходит» (с	Классификация картинок

				провоцирующими картинками) • Помощь взрослого при ошибках (подсказка, объяснение)	
13	Причинно-следственные связи	1	Установление логики событий	• Раскладывание серий сюжетных картинок (из 3 → 4 → 5) • Составление рассказа по картинкам • Дополнительное задание: «Мальчик заболел, потому что…» (выбор причины из двух картинок)	Работа с сериями картин
Раздел 4. Снятие эмоционального дискомфорта (занятия 14–17)					
14	Дорисуй предмет (линии и точки)	1	Снятие недоверия к себе, развитие воображения	• Проведение линий «от себя» и «к себе» (длинные, короткие), затем дуг • Дорисовать элемент до образа (звезда → кактус, круг → солнце, ёжик) • Дорисовать группы точек до образа (клубничка, жучок) • Рисование петлеобразных и спиралеобразных линий	Рисование, дорисовывание
15	Монотипия и волшебные нитки	1	Снятие возбуждения, развитие образного мышления	• Монотипия (тест Роршака) — краска на сгибе листа, отпечаток, дорисовывание образа • «Волшебные нитки» — нитки в краске, уложить на лист, накрыть, вытянуть, дорисовать образ	Монотипия, рисование нитками
16	Составление из геометрических фигур	1	Развитие зрительного гнозиса, пространственных представлений	• Составление предметов из геометрических фигур по образцу (домик, машина, рыбка) • Свободное составление образов из фигур (линейки с экранчиками) • Дорисовать детали к составленным фигурам	Конструирование из фигур
17	Рисование по опорным точкам	1	Развитие точности движений, глазомера	• Обведение предметов по зрительным ориентирам (точкам) • Штриховка предметов в разных направлениях • Рисование по точкам без отрыва руки	Рисование по точкам, штриховка

Раздел 5. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития (занятия 18–20)					
18	Осязание и тактильные ощущения	1	Развитие чувствительности, пространственных представлений	• Тактильная коробка — узнай предмет на ощупь (объёмный, затем плоский) • Тактильные доски «Боченки» • «Фигура и фон» — выделение предмета из фона • Опиши признаки предмета (форма, поверхность, температура)	Тактильные игры, описание
19	Равновесие и точность движений	1	Развитие статических и кинестетических ощущений	• Ходьба по прямой, по узкой доске / верёвке • Стойка на носках с закрытыми глазами (со страховкой) • Пантомимическое подражание (животные, предметы) • Асимметричные движения по подражанию (руки в разные стороны) • Доска-балансир	Упражнения на равновесие, пантомимика
20	Вибрация и звук	1	Развитие слухо-вибрационного восприятия	• Определение направления источника звука по вибрации (барабан, бубен) • Определение предмета с помощью осязания (с ширмой, с закрытыми глазами) • Счёт предметов на ощупь • Игра «Где звучит?»	Вибрационные упражнения, тактильные игры
Раздел 6. Гармонизация личности, работа с эмоциями (занятия 21–23)					
21	Пиктограммы эмоций	1	Понимание эмоциональных состояний	• Рассматривание пиктограмм (радость, огорчение, страх, гнев, удивление) • Беседа: «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» • Раскрасить человечка к каждой пиктограмме подходящим цветом	Работа с пиктограммами, рисование
22	Добро и зло (раскраски)	1	Формирование нравственных представлений	• Раскрашивание готовых контуров: добрый волшебник / злой колдун • Раскрашивание: сказочная птица доброго волшебника / злого колдуна • Раскрашивание: зонтик с добрыми снами /	Раскрашивание, обсуждение

				зонтик со страшными снами	
23	Рисование настроения	1	Передача эмоционального состояния через цвет	• Рисование «приятное — неприятное» • Рисование «радость — печаль» • Рисование «весёлое — грустное» • Свободный выбор красок, обсуждение цветовой гаммы	Рисование, обсуждение цвета
Раздел 7. Развитие познавательных способностей (внимание, память, мышление, воображение) – занятия 24–30					
24	Развитие внимания (объём, концентрация)	1	Формирование устойчивости и переключения внимания	• «Минутка» — внутреннее измерение 1 минуты • «Что изменилось?» — смена порядка предметов / картинок • «Живая картинка» — замирание, восстановление изменений • Корректурная проба (вычёркивание буквы) • Таблицы Шульте	Упражнения на внимание, корректурная проба
25	Развитие памяти (точность, объём)	1	Развитие мнестических процессов	• Восстановить пропущенное слово в ряду (5–7 слов) • «Жил-был кот…» — цепочка определений (повторить и добавить) • «Птица — зверь — рыба» (не повторять названное) • Передача воображаемого предмета (тактильная память)	Игры на память, цепочки
26	Мышление (последовательности)	1	Развитие логического мышления	• Работа с сериями картинок (из 3, 4, 5) по образцу • Составление рассказа по серии • Игра «Синтез слов из звуков» (м'-а-ч → мяч) • «Счет по командам» (арифметические действия)	Работа с сериями, синтез слов, счёт
27	Воображение (внутренний мультфильм)	1	Развитие визуализации, связной речи	• Педагог начинает историю («Вы идёте в лес…»), дети придумывают продолжение • Нарисовать увиденное в воображении • Игра «На что похоже?» (облака, узоры на	Придумывание истории, рисование, визуализация

				стекле) • Использовать как ауторенинг (вместо физминутки)	
28	Дорисовывание образов	1	Развитие креативности, оригинальности	• Дорисовать фигуры (ствол дерева → дерево, круг → лицо, солнце и т.п.) • Рисование на песке «На что похоже?» • Дорисовать незаконченные рисунки (свободная работа) • Оценивание оригинальности, отсутствия повторов	Дорисовывание, рисование на песке
29	Развитие коммуникативных навыков	1	Формирование навыков общения и сотрудничества	• «Ручеёк» • «Зеркало» (водитель — зеркала) • «Путаница» (запутаться, водящий распутывает) • Совместный рисунок (по командам или по очереди) • Обсуждение: «Что получилось? Придумай название»	Подвижные игры, совместный рисунок, рефлексия
30	Итоговое занятие «Дружба»	1	Закрепление дружеского настроя в классе, рефлексия	• «Комплименты» (с мячом — «Мне нравится в тебе то, что ты…») • «Письмо» — передача рукопожатием по кругу («Я письмо получил») • «Колечко» • Итоговый рисунок «Наш класс» (коллективный) • Обсуждение: «Чему мы научились?»	Игры, коллективный рисунок, рефлексия

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие №1. Первичная психолого-педагогическая диагностика

Цель: выявление актуального уровня развития познавательных процессов, эмоционально-личностной сферы, психомоторного развития.

Задачи:

- определить уровень развития памяти, внимания, мышления;
- оценить зрительно-моторную координацию;
- выявить эмоциональное состояние ребёнка.

Оборудование: бланки методик, картинки, цветные карточки, простой карандаш, протоколы.

Этап	Содержание
Оргмомент	Установление контакта. Приветствие жестом. Беседа: «Как тебя зовут?», «Сколько тебе лет?» (с опорой на табличку).
Обследование	**1. «10 слов»** (Лурия) — зачитать/продактилировать слова: лес, хлеб, стул, брат, конь, гриб, мед, дом, мяч, куст (5 повторений + отсрочка). **2. «Запомни рисунки»** — показать 5 картинок, убрать, попросить назвать. **3. «Исключение лишнего»** — 4 картинки, найти лишнюю (объяснить жестом). **4. «Домик»** — срисовать домик по образцу (оценить точность).
Эмоции	**5. Цветовой тест** (Люшер) — выбрать любимый цвет. Спросить: «Какое у тебя настроение?» (показать на пиктограммах).
Завершение	Похвала: «Ты молодец!» (жест + табличка). Заполнение протокола.

Занятие №2. Наблюдение за адаптацией (игровая диагностика)

Цель: оценка коммуникативных навыков, уровня тревожности, способности к взаимодействию в группе.

Задачи:

- наблюдать за поведением в свободной игре;
- оценить умение сотрудничать;
- зафиксировать эмоциональные реакции на похвалу и замечание.

Оборудование: игрушки (кубики, машины, куклы), лист наблюдения.

Этап	Содержание
Оргмомент	Сбор в кругу. Игра «Здравствуй, друг!» — пожать руку соседу, улыбнуться.

Этап	Содержание
Свободная игра	Дети выбирают игрушки, играют. Психолог наблюдает и фиксирует: инициативность, контакты, агрессивность, замкнутость.
Совместное задание	Постройка башни из кубиков в парах (2–3 человека). Оценка сотрудничества, распределения ролей.
Рефлексия	«Кто с кем играл?» (показать пальцем). «Понравилось ли строить вместе?» (жесты «да/нет»).
Завершение	Похвала за игру. Фиксация данных в протоколе.

Занятие №3. Наблюдение за самоадаптацией (повторное)

Цель: отслеживание динамики адаптации, выявление признаков дезадаптации.

Задачи:

- сравнить поведение с первыми занятиями;
- проверить понимание простых инструкций;
- оценить эмоциональный фон.

Оборудование: цветные круги (красный, синий), таблички с инструкциями.

Этап	Содержание
Наблюдение на уроке	Психолог присутствует на уроке (по договорённости). Фиксирует: устойчивость внимания, утомляемость, реакцию на задания.
Наблюдение на перемене	Фиксация контактов с детьми, участия в играх, эмоционального состояния.
Проверка инструкций	Индивидуально: «Сядь», «Встань», «Дай ручку», «Возьми карандаш» — оценить понимание (по жестам или действиям).
Тест настроения	«Какое настроение сейчас?» — выбрать красный (весёлый) или синий (грустный). Сравнить с занятием №2.
Завершение	Обобщить изменения, заполнить протокол.

Занятие №4. Рисование линиями и спиралями

Цель: развитие мелкой моторики, уверенности руки, снижение тревоги.

Задачи:

- тренировать графомоторные навыки;
- учить выполнять движения по образцу;
- снижать мышечное напряжение.

Оборудование: листы бумаги А4, простые карандаши, цветные карандаши, фломастеры, карточки с пунктирными линиями.

Этап	Содержание
Оргмомент	Приветствие. Жест «Рисуем».
Основная часть	**Упражнение 1.** Рисование спиралей по контурной линии (обвести) и затем самостоятельно. **Упражнение 2.** Соединение двух предметов единой линией: «Кошка бежит к дому», «Машина едет в гараж». Линия может быть прямой, волнистой, зигзагообразной. **Упражнение 3.** Игра «Клавиатура» — с закрытыми глазами рисовать геометрические фигуры на листе, ориентируясь по сторонам (верх, низ, право, лево). **Упражнение 4.** Свободное рисование на успокаивающую тему.
Рефлексия	Что нарисовали? Что было трудно?
Ритуал завершения	Похвала за старание. Прощание.

Занятие №5. Игры на снятие страхов

Цель: снятие мышечного напряжения, обучение элементам релаксации, визуализация.

Задачи:

- обучить расслаблению через игру;
- развивать воображение;
- формировать активную позицию «небоящегося».

Оборудование: маты или ковёр, барабан, мяч, батут (если есть).

Этап	Содержание
Оргмомент	Приветствие. Жест «Зоопарк».
Основная часть	**Упражнение 1.** Активная игра «Зоопарк». Дети выбирают роль животного. Звери гуляют, прыгают, рычат, выплёскивают эмоции на матах, барабане, мяче (но не на людях!). Правило: «Звери не обижают друг друга». **Упражнение 2.** Аутогенная тренировка «На полянке». Лечь на ковёр, закрыть глаза. Педагог говорит: «Солнышко греет, руки тёплые, ноги тёплые, всем хорошо...». **Упражнение 3.** Самомассаж плеч и рук (поглаживание, похлопывание). **Упражнение 4.** Обсуждение ощущений после релаксации.
Рефлексия	Как спалось зверям? Что понравилось больше всего?
Ритуал завершения	Похвала. «Мы отдохнули, теперь бодрые!»

Занятие №6. Арт-терапия (лепка + аппликация)

Цель: преодоление страхов через творческую деятельность.

Задачи:

- научить выражать страхи в безопасной форме;
- учить преобразовывать негативный образ в позитивный;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: пластилин, глина, картон, цветная бумага, клей, ножницы, старые обои.

Этап	Содержание
Оргмомент	Вопрос: «Каких сказочных героев ты боишься?» (показать на картинках).
Основная часть	**Упражнение 1.** Лепка страшного персонажа (из пластилина, глины, хлеба). Дети лепят то, что их пугает. **Упражнение 2.** Превращение в доброго. Добавить улыбку, бантик, сгладить острые углы. Если не получается — педагог помогает «сделать добрым» (склеить, переделать). **Упражнение 3.** Аппликация обрыванием «Путешествие на поезде». На старых обоях приклеить вагоны и фигурки людей (друзей, родных), которых ребёнок хотел бы взять с собой в поездку. **Упражнение 4.** Проигрывание ситуации путешествия.
Рефлексия	Теперь этот герой не страшный? Кого взял в поезд?
Ритуал завершения	Похвала, обсуждение работ.

Занятие №7. Ролевые игры на уверенность

Цель: стабилизация энергетического потенциала, развитие уверенности в себе.

Задачи:

- развивать коммуникативные навыки;
- формировать умение действовать в коллективе;
- обучать дыхательным упражнениям.

Оборудование: мяч, тактильная коробка с предметами.

Этап	Содержание
Оргмомент	Приветствие. Игровой настрой.
Основная часть	**Упражнение 1.** Подвижные игры: «Пятнашки», «Прятки», «Мяч в кругу». **Упражнение 2.** Дыхательная гимнастика Стрельниковой («Насос», «Надувание шара»). **Упражнение 3.** Игра с тактильной коробкой «Найди предмет». **Упражнение 4.** Этюд «Я смелый» — дети показывают позу, мимику уверенного человека.

Этап	Содержание
Рефлексия	Когда ты чувствуешь себя уверенным? Что помогает тебе быть смелым?
Ритуал завершения	Прощание.

Занятие №8. Эмоции в красках и мимике

Цель: формирование самосознания, обучение передаче эмоций.

Задачи:

- учить распознавать свои эмоции;
- развивать мимику и пантомимику;
- формировать адекватные формы поведения.

Оборудование: краски, карандаши, бумага, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Оргмомент	Рассматривание пиктограмм (радость, гнев, страх, удивление).
Основная часть	**Упражнение 1.** Рисование себя (три рисунка): «Какой я сейчас», «Каким меня хотят видеть взрослые», «Каким я хочу быть». **Упражнение 2.** Игра «Цвета эмоций» — водящий выходит, дети договариваются, какую эмоцию изобразить (мимикой), водящий угадывает по цвету (красный — радость, чёрный — гнев). **Упражнение 3.** Рисование «Красивое и безобразное» (на одном листе разделить на две части). **Упражнение 4.** Обсуждение рисунков.
Рефлексия	Какую эмоцию ты изображал?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №9. Пуантилизм и кляксография

Цель: развитие образного мышления, снятие эмоционального напряжения.

Задачи:

- учить видеть образ в цветовых пятнах;
- развивать творческое воображение;
- снижать агрессивные импульсы.

Оборудование: гуашь, тушь, бумага, влажные салфетки.

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ техники «пальцевая живопись».

Этап	Содержание
Основная часть	**Упражнение 1.** Пуантилизм — рисование пальцами (точками) на тему «Мой мир» или «Моё настроение». **Упражнение 2.** Кляксография — поставить кляксу тушью на листе, свернуть пополам, развернуть. Посмотреть, какой образ получился, дорисовать детали (ушки, хвостик, глазки). **Упражнение 3.** Придумать название своему рисунку (можно с помощью педагога записать на табличке).
Рефлексия	Что у тебя получилось?
Ритуал завершения	Выставка работ, похвала.

Занятие №10. Кинезиотерапия и звукотерапия

Цель: регуляция поведения, снятие возбуждения, укрепление организма.

Задачи:

- развивать координацию и равновесие;
- учить выполнять асимметричные движения;
- познакомить с терапевтическим произнесением звуков.

Оборудование: мел, верёвка, аудиозапись (вибрационная).

Этап	Содержание
Оргмомент	Жест «Делаем зарядку».
Основная часть	**Упражнение 1.** Ходьба по начерченной линии (прямо, на носках, с закрытыми глазами со страховкой). **Упражнение 2.** Асимметричные движения (правую руку вверх, левую в сторону; одновременно поднять правую ногу и левую руку). **Упражнение 3.** Звукотерапия — произнесение гласных с вибрационным контролем (рука на горле): А, О, У, Ы, Э (по 5 раз). Затем сочетания: [ГУО] — положить правую руку на левую (печень), [ДОН] — рука на живот, [ЧЁН] — рука на сердце (повторить 20 раз).
Рефлексия	Как себя чувствуешь? (показать цветок — хорошо/плохо).
Ритуал завершения	Похвала за старание.

Занятие №11. Классификация по цвету и форме

Цель: развитие ассоциативных связей, обучение классификации.

Задачи:

- учить объединять предметы по одному признаку (цвет, форма, величина);
- развивать внимание и мышление;

- формировать умение работать по образцу.

Оборудование: набор Фребеля (геометрические фигуры разных цветов), лото Когана.

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ фигур (круг, квадрат, треугольник).
Основная часть	**Упражнение 1.** Сортировка по цвету — разложить фигуры на красные, синие, жёлтые (объяснить: «Сюда все красные»). **Упражнение 2.** Сортировка по форме — разложить отдельно круги, квадраты, треугольники, ромбы. **Упражнение 3.** Сортировка по величине — большие и маленькие. **Упражнение 4.** Лото Когана — разложить 49 карточек на поле, ориентируясь одновременно на цвет и форму (помощь педагога).
Рефлексия	Какой ряд самый аккуратный?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №12. Понятийная классификация

Цель: развитие анализа, синтеза, обобщения.

Задачи:

- учить обобщать предметы по существенным признакам;
- развивать речевое обобщение (с помощью жестов и табличек);
- корригировать мышление.

Оборудование: карточки для классификации (одежда, посуда, транспорт, мебель) — облегчённый вариант методики Зейгарник.

Этап	Содержание
Оргмомент	Объяснение: «Найди семью» (показываем группу картинок).
Основная часть	**Упражнение 1.** Методика Зейгарник (облегчённый) — ребёнок раскладывает картинки по группам (например, «посуда» — чашка, тарелка; «одежда» — пальто, платье). Если ошибается — педагог кладёт нужную картинку рядом. **Упражнение 2.** «Положи вместе» — смешанные картинки, есть провоцирующие (например, яблоко среди игрушек). Ребёнок должен найти лишнее и объяснить (жестом). **Упражнение 3.** Проверка правильности.
Рефлексия	Что было легко? Что трудно?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №13. Причинно-следственные связи

Цель: установление последовательности событий, развитие логического мышления.

Задачи:

- учить раскладывать сюжетные картинки в правильной последовательности;
- развивать понимание причинно-следственных связей;
- формировать связное высказывание (жестовое).

Оборудование: серии сюжетных картинок (из 3, 4, 5 картинок), карточки «причина-следствие».

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ 3-х картинок в беспорядке.
Основная часть	**Упражнение 1.** Разложить по порядку — серию из 3-х картинок, затем из 4-х (с подсказкой педагога). Составить рассказ (жестами). **Упражнение 2.** Серия из 5 картинок — с помощью педагога разложить, объяснить. **Упражнение 3.** «Почему мальчик заболел?» — показать картинку-результат и две картинки-причины (бегает по лужам, гуляет в солнце). Ребёнок выбирает причину и показывает.
Рефлексия	Кто правильно разложил?
Ритуал завершения	Аплодисменты.

Занятие №14. Дорисуй предмет (линии и точки)

Цель: снятие недоверия к себе, развитие творческого воображения.

Задачи:

- тренировать графомоторные навыки;
- учить видеть образ в незавершённых элементах;
- повышать самооценку.

Оборудование: листы с незаконченными рисунками, точки, карандаши, фломастеры.

Этап	Содержание
Оргмомент	Жест «Смотри и дорисуй».
Основная часть	**Упражнение 1.** Проведение линий «от себя» и «к себе», дуги (длинные, короткие). **Упражнение 2.** Дорисовать элемент до образа (например, полукруг → солнце, звёздочка → кактус, ёжик). **Упражнение 3.** Соединение точек — даны точки, обвести и получить рисунок (клубничка, жучок). **Упражнение 4.** Рисование замкнутых петлеобразных линий (улитка, солнышко).
Рефлексия	Красивый рисунок!

Этап	Содержание
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №15. Монотипия и волшебные нитки

Цель: снятие возбуждения, развитие образного мышления.

Задачи:

- учить создавать образы из случайных пятен;
- развивать воображение;
- снижать тревожность.

Оборудование: гуашь, альбомные листы, нитки №10 (25–30 см), тушь.

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ техники монотипии.
Основная часть	**Упражнение 1.** Монотипия — нанести краску на половинку листа, сложить, разгладить, раскрыть. Посмотреть, на что похоже, дорисовать детали. **Упражнение 2.** «Волшебные нитки» — опустить нитки в краску, уложить на лист, накрыть вторым листом, вытянуть нитки. Получился узор — дорисовать до образа.
Рефлексия	На что похож твой рисунок?
Ритуал завершения	Выставка, похвала.

Занятие №16. Составление из геометрических фигур

Цель: развитие зрительного гнозиса, пространственных представлений.

Задачи:

- учить составлять целое из частей;
- развивать конструктивный праксис;
- формировать умение работать по образцу.

Оборудование: набор геометрических фигур (вырезанные из картона), образцы картинок (домик, машина, рыбка).

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ образцов (домик из круга и треугольника).
Основная часть	**Упражнение 1.** Собрать по образцу — домик, машину, рыбку.

Этап	Содержание
	Упражнение 2. Свободное составление — придумать свой предмет (дерево, человечек) из фигур. **Упражнение 3.** Дорисовать детали к составленным фигурам (окна, колёса, глаза).
Рефлексия	Что получилось?
Ритуал завершения	Выставка поделок.

Занятие №17. Рисование по опорным точкам

Цель: развитие точности движений, глазомера, координации.

Задачи:

- учить обводить по точкам;
- развивать штриховку;
- формировать умение действовать по инструкции.

Оборудование: листы с нанесёнными точками (контуры предметов), простые и цветные карандаши.

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ точек на доске.
Основная часть	**Упражнение 1.** Обведение предмета по точкам (гриб, яблоко, домик) — обвести, назвать. **Упражнение 2.** Штриховка в разных направлениях (по заданию: вертикально, горизонтально, наклонно). **Упражнение 3.** Рисование по точкам без отрыва руки — «Путь муравьишки» (дорожка).
Рефлексия	Рука слушается!
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №18. Осязание и тактильные ощущения

Цель: развитие чувствительности, формирование тактильных образов.

Задачи:

- учить узнавать предметы на ощупь;
- развивать активную речь (называние признаков);
- тренировать дифференцировку.

Оборудование: тактильная коробка («волшебный мешочек»), набор предметов (мяч, кубик, ложка, ключ, карандаш), тактильные доски «Боченки».

Этап	Содержание
Оргмомент	Мешочек с предметами.
Основная часть	**Упражнение 1.** «Волшебный мешочек» — опустить руку, найти мяч, кубик, ложку (сначала объёмные предметы). **Упражнение 2.** Тактильные доски — провести пальцем по поверхностям (гладкий, шершавый, ребристый), показать соответствующую табличку. **Упражнение 3.** «Фигура и фон» — на картинке показать круг среди других фигур. **Упражнение 4.** Описать признак: «гладкое», «тёплое», «круглое» (опора на таблички).
Рефлексия	Кто больше угадал?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №19. Равновесие и точность движений

Цель: развитие статических и кинестетических ощущений.

Задачи:

- тренировать функцию равновесия;
- развивать точность движений пальцев и кисти;
- учить пантомимическому подражанию.

Оборудование: верёвка, мелки, балансировочная доска (если есть).

Этап	Содержание
Оргмомент	Построение вдоль линии.
Основная часть	**Упражнение 1.** Ходьба по прямой (по верёвке) — прямо, на носках, с открытыми и закрытыми глазами (со страховкой). **Упражнение 2.** Пантомимика — «Покажи зайца», «медведя», «цаплю» (стойка на одной ноге). **Упражнение 3.** Асимметричные движения по подражанию — правую руку вверх, левую в сторону, поворот головы. **Упражнение 4.** Упражнения на выполнение точных движений пальцев и кисти рук.
Рефлексия	Ты ловкий!
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №20. Вибрация и звук

Цель: развитие слухо-вибрационного восприятия.

Задачи:

- учить определять источник звука по вибрации;
- тренировать осязание с ширмой;
- развивать внимание.

Оборудование: барабан, бубен, ширма, предметы для осязания, пуговицы.

Этап	Содержание
Оргмомент	Положить руки на стол, стукнуть — почувствовать вибрацию.
Основная часть	**Упражнение 1.** Определение направления вибрации — педагог стучит в барабан слева, справа, ребёнок показывает рукой направление. **Упражнение 2.** С ширмой — на ощупь определить предмет (ложка, ключ, кубик) и назвать. **Упражнение 3.** «Счёт на ощупь» — сколько пуговиц в руке? (с закрытыми глазами). **Упражнение 4.** Определение и выбор предмета с помощью осязания среди 8 предметов.
Рефлексия	Уши и руки слушают.
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №21. Пиктограммы эмоций

Цель: понимание эмоциональных состояний, развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

- учить распознавать эмоции по пиктограммам;
- соотносить цвет с эмоциональным состоянием;
- развивать эмпатию.

Оборудование: набор пиктограмм (радость, огорчение, страх, гнев, удивление), цветные карандаши, бланки с изображением человечков.

Этап	Содержание
Оргмомент	Рассматривание пиктограмм.
Основная часть	**Упражнение 1.** Беседа — «Какая мама?», «Какой ты бываешь?» (выбрать пиктограмму). **Упражнение 2.** Раскрасить человечка — к каждой пиктограмме нарисовать туловище и раскрасить тем цветом, который, по мнению ребёнка, подходит этой эмоции (например, радость — жёлтый, страх — чёрный). **Упражнение 3.** Выбрать цвет для своего настроения сейчас. **Упражнение 4.** Показ рисунков, обсуждение цветов.

Этап	Содержание
Рефлексия	Какое настроение у твоего человечка?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №22. Добро и зло (раскраски)

Цель: формирование нравственных представлений, развитие дифференциации.

Задачи:

- учить различать добрых и злых персонажей;
- закреплять понятия через цвет;
- развивать эмоциональную отзывчивость.

Оборудование: раскраски с изображением доброго и злого волшебника, волшебного ковра, зонтика.

Этап	Содержание
Оргмомент	Показать картинки доброго и злого волшебника.
Основная часть	**Упражнение 1.** Раскрасить доброго волшебника (светлые тона) и злого волшебника (тёмные тона). **Упражнение 2.** Раскрасить волшебный ковёр доброго и злого (по выбору). **Упражнение 3.** Раскрасить зонтик — «добрых снов» (светлый) и «страшных снов» (тёмный).
Рефлексия	Какой рисунок тебе больше нравится? Почему?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №23. Рисование настроения

Цель: передача эмоционального состояния через цвет, развитие самовыражения.

Задачи:

- учить изображать противоположные эмоции (радость – печаль);
- развивать цветовое восприятие;
- формировать умение анализировать свои чувства.

Оборудование: краски, кисти, два листа бумаги на каждого, пиктограммы.

Этап	Содержание
Оргмомент	Вспомнить пиктограммы радости и печали.
Основная	**Упражнение 1.** Рисование на тему «Радость» (левый лист) и

Этап	Содержание
часть	«Печаль» (правый лист) — свободно, цветом, без деталей. **Упражнение 2.** Рисование «Приятное» и «Неприятное» (по выбору ребёнка). **Упражнение 3.** Обсуждение: «Какой цвет ты использовал для радости? Почему?»
Рефлексия	Какое настроение у твоего рисунка?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №24. Развитие внимания (объём, концентрация)

Цель: развитие устойчивости, переключения и концентрации внимания.

Задачи:

- тренировать объём внимания;
- развивать умение замечать изменения;
- учить работать по инструкции.

Оборудование: секундомер, игрушки, таблицы Шульте (упрощённые), бланки с буквами для корректурной пробы.

Этап	Содержание
Оргмомент	«Закрой глаза, открой глаза».
Основная часть	**Упражнение 1.** «Минутка» — сидеть тихо, поднять руку, когда пройдёт минута (засечь реальное время). **Упражнение 2.** «Что изменилось?» — на столе 3–4 игрушки, ребёнок запоминает, затем отворачивается, психолог меняет местами, ребёнок восстанавливает. **Упражнение 3.** «Живая картинка» — замирание, восстановление изменений. **Упражнение 4.** Корректурная проба (упрощённая) — вычеркнуть букву «А» в ряду букв.
Рефлексия	Подсчёт правильных ответов.
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №25. Развитие памяти (точность, объём)

Цель: развитие мнестических процессов, точности воспроизведения.

Задачи:

- увеличивать объём слухоречевой памяти;
- тренировать цепочки;

- развивать уверенность в воспроизведении.

Оборудование: набор слов для запоминания, мяч.

Этап	Содержание
Оргмомент	«Будем запоминать».
Основная часть	**Упражнение 1.** Восстановить пропущенное слово в ряду из 5–7 слов (сахар, дом, ручка, рыба, танец, яблоко). **Упражнение 2.** «Жил-был кот...» — дети по кругу повторяют предыдущие определения и добавляют своё: «…серый», «…пушистый», «…с зелёными глазами». **Упражнение 3.** «Птица-зверь-рыба» — ведущий называет категорию, ребёнок называет (не повторять предыдущие). **Упражнение 4.** Передача воображаемого предмета (тактильная память).
Рефлексия	Кто больше запомнил слов?
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №26. Мышление (последовательности)

Цель: развитие логического мышления, установление последовательностей.

Задачи:

- учить складывать серии картинок;
- развивать синтез слов из звуков;
- тренировать счёт с переключением.

Оборудование: серии сюжетных картинок (3, 4, 5), карточки с цифрами.

Этап	Содержание
Оргмомент	Показ смешанных картинок.
Основная часть	**Упражнение 1.** Разложить серию из 3 картинок, затем из 4 (с помощью педагога). Составить рассказ. **Упражнение 2.** Серия из 5 картинок — с помощью педагога разложить, объяснить. **Упражнение 3.** Синтез слов из звуков — педагог произносит звуки по отдельности (м'-а-ч, к-о-р-о-в-а), дети угадывают слово. **Упражнение 4.** «Счёт по командам» — две команды, педагог показывает + или —, дети по очереди считают.
Рефлексия	Логики!
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №27. Воображение (внутренний мультфильм)

Цель: развитие визуализации, связной речи, воображения.

Задачи:

- учить придумывать продолжение истории;
- развивать внутренний образ;
- тренировать оречевление жестом.

Оборудование: бумага, карандаши, картинки с облаками, узорами.

Этап	Содержание
Оргмомент	Закрыть глаза, послушать тишину.
Основная часть	**Упражнение 1.** Начало истории — педагог: «Вы идёте в лес. Светит солнце. Вдруг вы видите...» — дети придумывают продолжение (показывают жестами, словами). **Упражнение 2.** Нарисовать то, что увидели в «мультфильме». **Упражнение 3.** «На что похоже?» — показать изображения облаков, морозных узоров, дети называют ассоциации.
Рефлексия	Рассказ по рисунку (1–2 предложения жестами).
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №28. Дорисовывание образов

Цель: развитие креативности, оригинальности мышления.

Задачи:

- учить дорисовывать незавершённые фигуры;
- развивать фантазию;
- поощрять самостоятельность.

Оборудование: листы с полуфигурами (круг, квадрат, треугольник), песок в подносах, акварель.

Этап	Содержание
Оргмомент	«Преврати фигуру».
Основная часть	**Упражнение 1.** Дорисовать круг → солнце, лицо, мяч; квадрат → дом, телевизор; треугольник → ёлка, пирамида. **Упражнение 2.** Рисование на песке (в подносе) — начертить линию, круг, «что это?» (на что похоже). **Упражнение 3.** Свободное рисование на мокром листе (акварель) — кляксы, разводы, дорисовать.
Рефлексия	Что самое интересное получилось?

Этап	Содержание
Ритуал завершения	Выставка самых оригинальных работ.

Занятие №29. Развитие коммуникативных навыков

Цель: формирование навыков общения и сотрудничества.

Задачи:

- учить взаимодействовать в парах и группе;
- развивать умение слушать и слышать партнёра;
- создавать атмосферу доверия.

Оборудование: ватман, фломастеры.

Этап	Содержание
Оргмомент	Построение в круг.
Основная часть	**Упражнение 1.** «Ручеёк» — дети проходят под руками, построившись парами. **Упражнение 2.** «Зеркало» — водящий показывает движения, дети (зеркала) повторяют. **Упражнение 3.** «Путаница» — дети берутся за руки, запутываются, водящий распутывает, не разрывая рук. **Упражнение 4.** Совместный рисунок — на одном ватмане каждый рисует часть (по очереди) — получается общая картина.
Рефлексия	Придумать название общему рисунку.
Ритуал завершения	Похвала.

Занятие №30. Итоговое занятие «Дружба»

Цель: закрепление дружеского настроя в классе, подведение итогов года.

Задачи:

- создать положительный эмоциональный настрой;
- вспомнить пройденное;
- поощрить детей за успехи.

Оборудование: мяч, колечко, ватман, краски, сладкие призы, грамоты.

Этап	Содержание
Оргмомент	Улыбнуться друг другу, взяться за руки.
Основная часть	**Упражнение 1.** «Комплименты» — передаём мяч и говорим: «Мне нравится в тебе…» (опора на таблички-подсказки: добрый, весёлый,

Этап	Содержание
	красивый). **Упражнение 2.** «Письмо» — передаём рукопожатие по кругу, получивший говорит: «Я получил письмо!». **Упражнение 3.** Коллективный рисунок «Наш класс» — каждый рисует себя или друга на ватмане. **Упражнение 4.** Игра «Колечко» — водящий прячет кольцо в ладонях, дети угадывают.
Рефлексия	Чему мы научились за год? (показать жестами: рисовать, дружить, не бояться).
Ритуал завершения	Похвала.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

2 класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 2 класса МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Концепции развития психологической службы в системе образования Российской Федерации;
- Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ;
- Программы коррекционно-развивающих занятий для II класса (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002);
- Курса занятий с детьми 5–10 лет (М.В. Евлампиева, Т.Н. Ланина, М.В. Черенков).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 2 класса класса со **сложной структурой дефекта** . На втором году обучения у детей сохраняются трудности произвольной регуляции, сниженная познавательная активность, недостаточность сенсорного опыта и коммуникативных навыков, что требует продолжения целенаправленной коррекционно-развивающей работы.

Актуальность программы

Второй год обучения в школе является этапом закрепления адаптационных механизмов и перехода к более сложным формам учебной деятельности. Для детей со сложными нарушениями развития этот период связан с необходимостью дальнейшего развития восприятия, внимания, памяти, мышления, произвольного поведения и самосознания. В возрасте 8–9 лет у глухих детей с комплексными нарушениями происходит активное формирование структуры самосознания, осознание своего «Я», своих возможностей и ограничений, что требует особого внимания к эмоционально-личностному развитию.

Программа направлена на развитие сенсорно-перцептивной сферы, познавательных процессов, произвольной регуляции поведения и самосознания второклассников, создание условий для успешного обучения и социальной адаптации.

Цель программы

Развитие различных видов чувствительности, психологических процессов, произвольного поведения, формирование структуры самосознания у обучающихся 2 класса с комплексными нарушениями слуха.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–3):

1. Выявление актуального уровня развития сенсорной сферы, познавательных процессов (внимания, памяти, мышления), произвольного поведения и самосознания.
2. Оценка степени адаптированности второклассников к учебной деятельности, выявление признаков школьной дезадаптации.
3. Определение зон ближайшего развития и индивидуальных коррекционно-развивающих маршрутов.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 4–33):

1. **Сенсорное развитие:** развитие зрительного, тактильного, слухо-вибрационного, обонятельного и вкусового восприятия; развитие кинестетических и статических ощущений; формирование пространственных представлений.
2. **Развитие познавательных процессов:** увеличение объёма, концентрации, устойчивости и переключения внимания; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие наглядно-образного и элементов логического мышления (обобщение, классификация, установление причинно-следственных связей); развитие воображения.
3. **Развитие произвольного поведения:** формирование умения действовать по правилу и образцу, развитие самоконтроля и саморегуляции.
4. **Формирование самосознания:** развитие притязания на признание своего «Я», половой идентичности, осознание временной перспективы (прошлое, настоящее, будущее), формирование социальных представлений.
5. **Развитие коммуникативных навыков:** совершенствование умения взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, использование жестовой речи и словесных средств общения.

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа – получение полных данных об уровне развития каждого ребёнка, определение индивидуальных маршрутов коррекции.

По итогам коррекционно-развивающего этапа – у второклассников предполагается формирование следующих умений и навыков:

В сенсорной сфере:

- умение различать основные ощущения (тактильные, обонятельные, вкусовые);
- умение определять источник звука по вибрации и характеру звучания;
- умение определять предмет на ощупь (с ширмой и без);
- умение ориентироваться в пространстве (лево-право, вверху-внизу, впереди-сзади);
- умение различать цвета и их оттенки.

В познавательной сфере:

- умение распределять, концентрировать и переключать внимание;
- умение воссоздавать мысленный образ при запоминании (зрительная и слуховая память);
- умение обобщать на наглядной основе, классифицировать по одному и нескольким признакам;

- умение понимать причинно-следственные отношения в простых ситуациях;
- умение фантазировать, создавать образы в воображении.

В регуляторной и личностной сфере:

- умение сдерживаться, контролировать себя (на начальном этапе);
- умение саморасслабляться (элементарные приёмы);
- умение принимать образ собственного «Я», осознавать себя в прошлом, настоящем и будущем;
- умение общаться со сверстниками и педагогами, быть уверенным в себе, стремиться к успеху.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь – май). Общая продолжительность – **33 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–3 – диагностический блок**:
    - Занятие 1 – первичная психолого-педагогическая диагностика (индивидуальное обследование);
    - Занятия 2–3 – **наблюдение за процессом адаптации** второклассников в режиме группового взаимодействия (игровые ситуации, совместная деятельность, выполнение инструкций).
- **Занятия 4–33 – коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану.

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап – диагностический (занятия 1–3): сбор информации об уровне развития сенсорной, познавательной и эмоционально-личностной сфер каждого ребёнка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности.

II этап – коррекционно-развивающий (занятия 4–33): реализация содержательных разделов:

1. Развитие различных видов чувствительности (занятия 4–7).
2. Развитие восприятия (занятия 8–10).
3. Развитие познавательных процессов: внимание (занятия 11–13), память (занятия 14–16), мышление (занятия 17–20), воображение (занятия 21–22).
4. Цикл тренинговых занятий по психогимнастике (занятия 23–25).
5. Развитие произвольного поведения (занятия 26–27).
6. Формирование структуры самосознания (занятия 28–33).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- сенсорно-перцептивные упражнения (тактильные, вибрационные, зрительные);
- дидактические игры (классификация, обобщение, мемо, лото);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка);

- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- упражнения на развитие познавательных процессов;
- работа по таблицам, схемам, раздаточному материалу;
- релаксационные упражнения.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Забрамная С.Д., Боровик О.В. Развитие ребенка в ваших руках. – М., 2000.
2. Ильина И.Н., Параманова Л.Г., Головнева Н.Я. Тесты для детей. – СПб., 1997.
3. Михаленкова И.А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. – СПб., 1999.
4. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб., 2000.
5. Овчарова В.В. Практическая психология в начальной школе. – М., 1998.
6. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? – М., 2000.
7. Петрова Е.Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. – Новосибирск, 1999.
8. Петрова Е.Э., Вартапетова Г.М. Левый мозг, правый мозг и школьная дезадаптация. – Новосибирск, 1997.
9. Психология глухих детей / Под ред. И.М. Соловьева и др. – М., 1970.
10. Реан А.А., Кастромина С.Н. Как подготовить ребенка к школе. – СПб., 1998.
11. Тигранова Л.И. Умственное развитие слабослышащих детей. – М., 1979.
12. Тигранова Л.И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. – М., 1991.
13. Головчиц Л.А. Дошкольная сурдопедагогика. – М., 2001.
14. Специальная дошкольная педагогика. – М., 2001.
15. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М., 1990.
16. **Гущина Т.И., Речицкая Е.Г.** Коррекционная работа по развитию познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития. – М.: Владос, 2022.
17. **Кувшинова И.А., Шафранова Ю.А.** Психолого-педагогическое сопровождение процесса адаптации младших школьников с нарушением слуха к инклюзивной образовательной среде. – Магнитогорск, 2023.
18. **Медведева Е.А., Богданова Т.Г., Журавлева Ж.И.** Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании. – М.: Юрайт, 2023.
19. **Речицкая Е.Г., Гайдова Ю.В.** Межличностные отношения детей с нарушением слуха. – М.: Юрайт, 2023.
20. **Хухлаева О.В.** Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). – 7-е изд. – М.: Генезис, 2025.
21. **Шматко Н.Д., Красильникова О.А.** Дети с нарушением слуха. – М.: Просвещение, 2023.
22. **Семаго Н.Я.** Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. – М.: Айрис-пресс, 2021.
23. **Семенович А.В.** Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. – М.: Генезис, 2007.

Перечень диагностических методик

При выборе методик важно учитывать уровень речевого развития, слуховые возможности ребёнка и наличие вторичных нарушений.

Сфера	Методика	Источник	Цель
Память	«10 слов»	Лурия А.Р.	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания, утомляемости, сохранности следов памяти
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба (буквенный или фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация для детей с нарушением слуха – замена букв на геометрические фигуры)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания, темпа работы
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации на наглядном материале
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий» (серии сюжетных картинок)	А.Н. Бернштейн (адаптация – 3–4 картинки с простым сюжетом)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей, способности к логическому умозаключению
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд» (закономерности из фигур, символов)	А.З. Зак (адаптация для глухих – использование наглядных рядов)	Выявление способности выявлять закономерности и осуществлять перенос способа действия
Зрительно-моторная координация	«Домик» (срисовывание сложной фигуры)	Н.И. Гуткина	Оценка произвольной регуляции, зрительно-пространственной координации и внимания при выполнении графического задания
Пространственные представления	Проба на понимание предлогов и ориентировку	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (адаптация – работа с	Определение уровня сформированности пространственных

Сфера	Методика	Источник	Цель
	(«Графический диктант» – упрощённый вариант)	плоскостными фигурами и схемой тела)	представлений (лево-право, вверху-внизу, впереди-сзади)
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки, дифференциации «хороший – плохой»
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации (с наглядными опорами)	Н.Г. Лусканова (модификация с использованием карточек-вопросов и жестовой поддержки)	Определение доминирующего типа мотивации (учебная, игровая, социальная, внешняя)
Эмоциональная сфера	1. «Эмоциональные лица» (идентификация эмоций) 2. «Кактус» (проективный рисунок) 3. «Страхи в домиках» (беседа с раскладкой карточек)	1. Н.Я. Семаго, М.М. Семаго 2. Модифицированный вариант для детей с ОВЗ 3. А.И. Захаров, М.А. Панфилова	Диагностика распознавания базовых эмоций, выявление тревожности, агрессивных тенденций, наличия и содержания страхов
Адаптация	Диагностическое наблюдение (в учебной и игровой деятельности) + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (критерии адаптированности), дополнено анкетой для педагогов	Оценка успешности школьной адаптации: поведенческие реакции, эмоциональный фон, навыки самообслуживания, контакты со сверстниками и взрослыми

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Диагностический блок (4 занятия)					
1	Диагностика моего «Я»	1	Выявление уровня развития сенсорной, познавательной и эмоционально-личностной сфер; диагностика эмоционального состояния, страхов; оценка самооценки. Беседа об эмоциях	Индивидуальные методики («Лесенка», «Кактус», «Страхи в домиках», «10 слов», «Четвёртый лишний»). Беседа «Какие бывают эмоции?», «Чего я боюсь?». Рисунок «Моё настроение»	Индивидуальная, беседа, рисование
2	Играем и адаптируемся	1	Оценка адаптированности к учебной деятельности, уровня коммуникативных навыков, умения действовать в группе	Игровые ситуации («Знакомство», «Передай мяч», «Что изменилось?»). Совместное выполнение инструкций, наблюдение за поведением	Групповая, игровая, наблюдение
3	Мы вместе – мы команда	1	Выявление признаков школьной дезадаптации, определение зон ближайшего развития, изучение межличностных отношений	Коллективные игры («Построй башню», «Рисунок по кругу»). Выполнение групповых заданий с распределением ролей. Социометрическая проба	Групповая, коллективная, игровая
4	Познаём себя в классе	1	Завершение сбора диагностических данных, уточнение индивидуальных коррекционных маршрутов, анализ динамики	Дополнительные диагностические пробы (память, внимание, мышление). Беседа о впечатлениях от первых занятий. Наблюдение за эмоциональным фоном	Индивидуальная, беседа, наблюдение
Коррекционно-развивающий блок (5–34 занятия)					
Раздел 1. Развитие различных видов чувствительности (5–8 занятия)					
5	Тактильный мир и смелость	1	Коррекция межполушарных взаимодействий; развитие тактильной чувствительности; преодоление	1. Массаж с мячом-ёжиком. 2. Игра «Тайная коробка» – нахождение предмета на ощупь.	Индивидуальная, групповая, игровая, арт-

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			страхов	3. Ощупывание плоских и объёмных предметов. 4. Упражнение «Я не боюсь!» (рисование страха, его «разрывание», коллективное проговаривание)	терапия
6	Ароматы вокруг нас	1	Развитие обонятельных ощущений, соматогностических процессов, расширение сенсорного опыта	Игры с лото-запахов (определение аромата: фрукты, цветы, пряности). Упражнения на дифференциацию запахов по интенсивности	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
7	Вкусовые открытия дня	1	Развитие вкусовой чувствительности, обучение категоризации вкусов (сладкий, солёный, кислый, горький)	«Вкусовые бутылочки» (Монтессори) – проба растворов разного вкуса. Игра «Угадай вкус» с закрытыми глазами. Обсуждение любимых продуктов	Индивидуальная, игровая, работа с раздаточным материалом
8	Чувствую и действую	1	Развитие кинестетических и статических ощущений, координации движений, уверенности в себе	1. Игры с закрытыми глазами (нарисовать фигуру, слепить из пластилина). 2. Ходьба по прямой с открытыми и закрытыми глазами. 3. Балансир. 4. Ролевая игра «Я смелый» (проигрывание ситуаций, требующих смелости)	Индивидуальная, групповая, игровая, ролевая игра
Раздел 2. Развитие восприятия (9–11 занятия)					
9	Зоркий взгляд и память	1	Развитие зрительного восприятия, анализа и синтеза, зрительной памяти; укрепление уверенности	1. Настольная игра «Мемо» (поиск пар). 2. Упражнение «Что изменилось?» (перестановка предметов). 3. Ролевая игра «Я могу!» (демонстрация умений, поддержка группы)	Групповая, игровая, ролевая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
10	Звуки и краски мира	1	Развитие фонематического анализа и синтеза (на доступном уровне); освоение цветовой гаммы	1. Упражнение «Собери пазлы» (звуко-буквенный анализ). 2. Игра «Кто быстрее назовёт цвет». 3. «Подбери похожий цвет и назови» (сравнение оттенков)	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
11	Пространство вокруг меня	1	Формирование пространственных представлений (лево-право, верх-низ, впереди-сзади); развитие точности восприятия	1. Ориентировка по схеме тела и в комнате. 2. Определение недостающих деталей на рисунке. 3. Восстановление целого по частям. 4. Упражнения на снятие недоверия к себе (игра «Волшебный стул»)	Индивидуальная, групповая, игровая, беседа
Раздел 3. Развитие познавательных процессов (12–23 занятия)					
Внимание (12–14 занятия)					
12	Собранность и внимание	1	Увеличение объёма внимания, тренировка концентрации и устойчивости	Игры-соревнования: «Кто за ширмой?», «Кто в чём одет?». Упражнения «Найди спрятанное слово», «Догони и поймай букву»	Групповая, игровая, соревновательная
13	Переключение и собранность	1	Развитие распределения, избирательности и переключения внимания	1. Корректурная проба (фигурный вариант). 2. Упражнение «Я в магазине зеркал». 3. Таблицы Шульте. 4. Упражнения на снятие недоверия к себе («Мои сильные стороны»)	Индивидуальная, групповая, упражнение, беседа
14	Я управляю собой	1	Развитие произвольного внимания и саморегуляции	Работа по таблицам Шульте с усложнением. Игры на произвольное	Индивидуальная, групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				внимание («Сделай, как я скажу», «Запретное движение»)	игровая
Память (15–17 занятия)					
15	Зрительные образы памяти	1	Развитие непроизвольной и произвольной зрительной памяти, воссоздание мысленного образа	1. «10 картинок» – запоминание и воспроизведение. 2. «Что поменялось?» (зрительные ряды). 3. «Рисуем по памяти». 4. Упражнения на развитие чувствительности (тактильные доски)	Индивидуальная, групповая, рисование
16	Слуховые ребусы памяти	1	Развитие оперативной слуховой памяти, вербализация образов	1. «Послушай и опиши» (серия из 3–5 слов/звуков). 2. Запоминание цифр, букв, простых слов. 3. Упражнение «Мысленные образы и их эмоциональная окраска»	Индивидуальная, групповая, упражнение
17	Визуализация и запоминание	1	Осознание визуального материала, развитие слуховой памяти и внимания к деталям	1. «Вспомни картинки» (рассматривание и воспроизведение). 2. «Пробуждение чувства деталей» (описание предмета по памяти). 3. «Запомни цифры» (слуховой ряд). 4. Упражнения на развитие чувствительности (различение температур)	Индивидуальная, групповая, упражнение
Мышление (18–21 занятия)					
18	Обобщаем и систематизируем	1	Развитие способности обобщения на наглядной основе	1. Подбор карандашей по оттенкам цвета (сериация). 2. Упражнения на обобщение предметов	Индивидуальная, групповая, дидактическая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				(посуда, одежда, транспорт). 3. Классификация по двум основаниям (цвет+форма)	игра
19	Причины, следствия, логика	1	Обучение пониманию причинно-следственных отношений (начальный этап)	1. «Найди лишнюю картинку». 2. «Исключение четвёртого» (на материале сюжетов). 3. Работа с серией сюжетных картинок (3–4 картинки – восстановление порядка)	Индивидуальная, групповая, упражнение
20	Сравниваем и обобщаем	1	Обобщение житейских понятий; оперирование признаками предметов; формирование нравственных представлений	1. Лото Когана (группировка по цвету и форме). 2. Упражнения на сравнение предметов. 3. Беседа «Что такое хорошо и что такое плохо?», игры на эмпатию	Индивидуальная, групповая, беседа, игра
21	Порядок среди предметов	1	Развитие мыслительных операций классификации и систематизации; закрепление нравственных представлений	1. Классификация предметов по заданному признаку (мебель, игрушки, еда). 2. Работа с карточками «Разложи по группам». 3. Ситуативные игры на нравственный выбор	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра, беседа
Воображение (22–23 занятия)					
22	Творчество и воображение	1	Развитие творческого и невербального воображения, конструктивных способностей	1. Дорисовывание друдлов – незаконченных рисунков. 2. Конструирование по образцу (из кубиков, палочек). 3. Игра «Что бывает круглым?» (фантазирование)	Индивидуальная, групповая, игровая, конструирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
23	Мечты и фантазии наши	1	Развитие вербального и образного воображения, формирование мечты	1. «Нарисуй свою мечту». 2. Работа на песочном столе «Создай свой мир». 3. Рассказ «О чём я мечтаю» (с использованием жестов и слов)	Индивидуальная, групповая, арт-терапия, песочная терапия
Раздел 4. Психогимнастика (24–26 занятия)					
24	Психогимнастика и релакс	1	Коррекция гиперактивности/гипоактивности; обучение саморасслаблению; развитие выразительности жестов	1. Вступительный разогрев («Возьми и передай»). 2. Игра «Дружная семья» (изображение членов семьи). 3. Этюды на выразительность жеста. 4. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?»	Групповая, игровая, беседа, психогимнастика
25	Этюды тела и души	1	Развитие понимания эмоционально-выразительных движений рук; тренировка отдельных групп мышц	Упражнения: «Штанга» (напряжение-расслабление), «Шалтай-Болтай», «Насос и мяч». Этюды на расслабление мышц лица и плечевого пояса	Групповая, психогимнастика, релаксация
26	Дыхание и успокоение	1	Обучение приёмам саморасслабления через дыхание; контроль эмоционального состояния	Упражнения «Насос и мяч», «Качели». Игры «Игра с шишками и мишкой», «На берегу моря» (визуализация + дыхание)	Групповая, психогимнастика, релаксация
Раздел 5. Развитие произвольного поведения (27–28 занятия)					
27	Правила и саморегуляция	1	Развитие умения сдерживаться, самоконтроля; помощь в адаптации к школе	1. Игры на произвольное поведение («Стоп-сигнал», «Замри»). 2. Упражнение «Жил-был кот…» – придумывание истории о коте, который учится контролировать себя	Групповая, игровая, творческое рассказывание

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
28	Действуем по образцу	1	Развитие умения действовать по правилу и образцу; тренировка саморегуляции	1. Игры на соблюдение правил («Светофор», «Разрешается-запрещается»). 2. Задания по образцу (графический диктант, выкладывание узора). 3. Упражнения на самоконтроль	Индивидуальная, групповая, игровая, упражнение
Раздел 6. Формирование самосознания (29–34 занятия)					
29	Моё уникальное «Я»	1	Развитие притязания на признание, уверенности в себе; осознание своего имени и внешности	1. Упражнения на снятие неуверенности («Мышь и мышеловка», «Качели»). 2. Этюды «Вот он какой» (пантомимика), «Тень», «Робкий ребёнок». 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?»	Индивидуальная, групповая, психогимнастика, беседа
30	Я и моё окружение	1	Формирование половой идентичности и принятия себя как представителя пола	Игра «День рождения» (описание именинника). Игра «Ассоциации» (какой я цветок, животное). Игра «Необитаемый остров» (выбор роли)	Групповая, игровая, проективная
31	Время: прошлое и будущее	1	Осознание временной перспективы (прошлое – настоящее – будущее)	1. Беседа о жизненных событиях «Когда я был маленьким…», «Кем я стану?». 2. Игра «Передай клубочек» (рассказ о себе). 3. Упражнение «Жил-был кот…» – продолжение истории с осознанием времени	Групповая, беседа, игровая, творческое рассказывание
32	Смелость и решимость	1	Повышение уверенности в себе; снятие конфликтности	Этюд «Кукушонок» (отказ от зависимости). Этюд «Винт» (контроль гнева). Этюд «Молчок» (тренинг	Групповая, психогимнастика, этюды

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				желательного поведения)	
33	Наш класс – мы вместе	1	Снятие конфликтности; развитие чувства принадлежности к группе	1. Этюд «У оленя дом большой» (координация действий). 2. Игра «Два друга» (разрешение конфликта). 3. Коллективный рисунок «Наш класс» (начало)	Групповая, коллективная, игровая, арт-терапия
34	Наш класс – одна семья	1	Закрепление социальных представлений, осознание себя в социальном пространстве, долга и прав	1. Этюд «Три характера». Этюд «Разные настроения». 2. Игра «Холодно — жарко» (эмоциональная регуляция). 3. Завершение коллективного рисунка «Наш класс», обсуждение получившейся работы	Групповая, коллективная, игровая, арт-терапия, беседа

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика моего «Я»

Цель: первичная психолого-педагогическая диагностика познавательной, эмоционально-личностной сферы и выявление страхов.

Задачи:

- оценить уровень развития памяти, внимания, мышления;
- выявить самооценку, тревожность, страхи;
- познакомить ребёнка с процедурой обследования, снять напряжение.

Оборудование: бланки методик («Лесенка», «Кактус», «Страхи в домиках»), карточки для «10 слов», картинки для «Четвёртого лишнего», цветные карандаши, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать и рисовать». Используется жестовая речь, улыбка, спокойный голос.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. «Четвёртый лишний» – предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет (жестами/словами). 3. «Лесенка» – ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 4. «Кактус» – рисует кактус, затем обсуждаем рисунок (размер, иголки, цветы). 5. «Страхи в домиках» – ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. Беседа: «Чего ты боишься?»
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» – дыхательное упражнение. Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Играем и адаптируемся

Цель: наблюдение за адаптационными возможностями, коммуникативными навыками и произвольной регуляцией в групповой игре.

Задачи:

- оценить умение действовать по инструкции, соблюдать очерёдность;
- выявить уровень взаимодействия со сверстниками;
- зафиксировать эмоциональные реакции на успех/неудачу.

Оборудование: мяч, набор игрушек, карточки с заданиями, листы наблюдения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Групповое приветствие, игра «Назови имя» – дети по кругу называют себя и показывают жест.
Основная часть	1. Игровая ситуация «Знакомство» – каждый ребёнок рассказывает о себе (имя, любимая игрушка) с помощью жестов и слов. 2. «Передай мяч» – передача мяча по кругу под счёт, ускорение, фиксация внимания и сосредоточенности. 3. «Что изменилось?» – на столе 5 предметов, дети запоминают, затем отворачиваются, психолог меняет местами, дети находят изменения.
Заключительная часть	Совместное выполнение инструкции «Сделай как я» – психолог показывает последовательность движений, дети повторяют. Беседа о настроении, прощание.

Занятие № 3. Мы вместе – мы команда

Цель: диагностика межличностных отношений, уровня сплочённости и способности к совместной деятельности.

Задачи:

- выявить социометрический статус каждого ребёнка в группе;
- оценить умение договариваться и распределять роли;
- определить зоны ближайшего развития в коммуникативной сфере.

Оборудование: конструктор (кубики, детали), листы для коллективного рисунка, фломастеры, бланки социометрии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на совместную работу.
Основная часть	1. «Построй башню» – дети делятся на пары/тройки, строят башню из кубиков, наблюдение за взаимодействием. 2. «Рисунок по кругу» – каждый ребёнок рисует элемент на общем листе по очереди, затем обсуждают, что получилось. 3. Социометрическая проба – дети выбирают, с кем хотели бы сидеть за партой, играть и т.д. (используются карточки с именами/фото).
Заключительная часть	Обсуждение: «Что было легко? Что трудно?». Похвала за командную работу.

Занятие № 4. Познаём себя в классе

Цель: завершение диагностического этапа, уточнение индивидуальных маршрутов коррекции.

Задачи:

- провести дополнительные пробы по памяти и вниманию;
- выявить уровень произвольной регуляции через графические пробы;
- обсудить с ребёнком его впечатления от первых занятий.

Оборудование: таблицы Шульте (упрощённые, 9 клеток), карточки для «Запомни фигуры», графические дорожки, бланки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание доверительной обстановки.
Основная часть	1. Таблицы Шульте (3х3) – ребёнок показывает числа по порядку, фиксация времени и ошибок. 2. «Запомни фигуры» – показываем 5 геометрических фигур, убираем, ребёнок рисует по памяти. 3. Графическая проба – «Проведи дорожку» (лабиринт) – оценка зрительно-моторной координации. 4. Беседа о впечатлениях – «Что тебе понравилось на занятиях? Что запомнилось?»
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое у тебя настроение?» (выбор пиктограммы). Прощание.

Занятие № 5. Тактильный мир и смелость

Цель: развитие тактильной чувствительности, коррекция межполушарного взаимодействия, преодоление страхов.

Задачи:

- тренировать ощупывание предметов разной фактуры;
- формировать умение описывать свои ощущения;
- снизить уровень страха через упражнение «Я не боюсь!».

Оборудование: мячи-ёжики, «тайная коробка» с предметами (гладкий, шершавый, мягкий, твёрдый), бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, массаж ладоней мячом-ёжиком под спокойную музыку.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Игра «Тайная коробка» – дети опускают руку, находят предмет, описывают его (гладкий, шершавый, холодный), затем достают и проверяют. 2. Ощупывание плоских и объёмных предметов – сравнение кубика и шарика, карандаша и ручки. 3. Упражнение «Я не боюсь!» – дети рисуют свой страх, затем разрывают рисунок и громко проговаривают «Я не боюсь!» (с жестом «сила»).
Заключительная часть	Релаксация «Тёплые ладошки» – растирание ладоней, прикладывание к щекам. Прощание.

Занятие № 6. Ароматы вокруг нас

Цель: развитие обонятельной чувствительности и дифференциации запахов.

Задачи:

- учить различать знакомые запахи (фрукты, цветы, пряности);
- расширять сенсорный словарь;
- развивать ассоциативное мышление.

Оборудование: лото-запахов (баночки с ароматами: лимон, апельсин, корица, ваниль, мята, цветы), карточки с картинками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на «запаховое путешествие».
Основная часть	1. Игра «Узнай по запаху» – дети по очереди нюхают баночки и соотносят с картинкой. 2. Дифференциация запахов по интенсивности – «Какой запах сильнее?» (сравнение лимона и ванили). 3. Ассоциации – «Что напоминает этот запах?» (например, корица – пирог, мята – лето).
Заключительная часть	Обсуждение любимых запахов, релаксация «Вдыхаем аромат леса» – дыхательное упражнение.

Занятие № 7. Вкусовые открытия дня

Цель: развитие вкусового восприятия, обучение категоризации вкусов.

Задачи:

- познакомить с основными вкусами (сладкий, солёный, кислый, горький);
- учить определять вкус с закрытыми глазами;

- развивать умение выражать свои предпочтения.

Оборудование: «вкусовые бутылочки» (растворы: сахар, соль, лимонная кислота, кофе), чистые ложки, стаканчики с водой, карточки с символами вкусов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, напоминание правил гигиены.
Основная часть	1. Проба растворов – ребёнку дают попробовать каплю раствора на ложке, он определяет вкус и показывает символ. 2. Игра «Угадай вкус» – ребёнок с закрытыми глазами пробует кусочки яблока, лимона, огурца, конфеты, угадывает. 3. Беседа о любимых продуктах – «Что ты любишь сладкое? Солёное?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вкус тебе понравился больше всего?». Прощание.

Занятие № 8. Чувствую и действую

Цель: развитие кинестетических и статических ощущений, координации движений, уверенности в себе.

Задачи:

- тренировать ориентацию в пространстве с закрытыми глазами;
- развивать чувство равновесия;
- формировать смелость через ролевую игру.

Оборудование: повязка на глаза, пластилин, балансировочная доска, картинки для ролевой игры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Повтори движение».
Основная часть	1. Игры с закрытыми глазами – нарисовать простую фигуру на доске (круг, квадрат) с завязанными глазами; слепить шарик из пластилина. 2. Ходьба по прямой – сначала с открытыми, затем с закрытыми глазами (при поддержке психолога). 3. Балансир – стояние на доске с открытыми и закрытыми глазами, фиксация устойчивости. 4. Ролевая игра «Я смелый» – дети по очереди показывают ситуацию, где они смелые (например, громко сказать стих, подойти к незнакомцу), группа поддерживает

Этап	Содержание
	аплодисментами.
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение: «Когда ты чувствовал себя смелым?».

Занятие № 9. Зоркий взгляд и память

Цель: развитие зрительного восприятия, зрительной памяти, укрепление уверенности через ролевую игру.

Задачи:

- тренировать запоминание зрительных образов;
- развивать анализ и синтез через игру «Мемо»;
- формировать уверенность в своих способностях.

Оборудование: игра «Мемо» (карточки с парами), предметы для игры «Что изменилось?», ролевые маски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра на внимание «Хлопни в ладоши, когда услышишь своё имя».
Основная часть	1. Игра «Мемо» – дети по очереди открывают карточки, ищут пары, запоминают расположение. 2. «Что изменилось?» – на столе 5 предметов, дети запоминают, затем меняются местами – находят отличия. 3. Ролевая игра «Я могу!» – каждый ребёнок показывает действие, которое он умеет делать хорошо (завязать шнурки, построить башню), группа хвалит.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня смог запомнить?»

Занятие № 10. Звуки и краски мира

Цель: развитие фонематического восприятия (на доступном уровне) и цветоразличения.

Задачи:

- учить выделять первый звук в слове (с опорой на картинку);
- закреплять названия основных цветов и оттенков;
- развивать навык классификации по цвету.

Оборудование: пазлы с буквами и картинками, набор цветных карандашей, карточки с цветами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови цвет» – показываем предметы, дети называют цвет.
Основная часть	1. Упражнение «Собери пазлы» – дети собирают картинки, затем называют предмет и выделяют первый звук (с помощью психолога). 2. Игра «Кто быстрее назовёт цвет» – психолог показывает цветную карточку, дети соревнуются, кто быстрее назовёт. 3. «Подбери похожий цвет» – детям дают образец (например, синий), они ищут среди карандашей похожий оттенок и называют его.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой цвет тебе сегодня больше всего запомнился?»

Занятие № 11. Пространство вокруг меня

Цель: формирование пространственных представлений (лево-право, верх-низ, впереди-сзади), развитие точности восприятия.

Задачи:

- учить ориентироваться в схеме тела и на плоскости;
- тренировать умение находить недостающие детали;
- снизить недоверие к себе через упражнение «Волшебный стул».

Оборудование: карточки с изображениями схем, листы с недорисованными картинками, стул.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи правую руку, левую ногу».
Основная часть	1. Ориентировка по схеме тела – «Положи мяч справа от себя, подними левую руку». 2. Определение недостающих деталей – детям показывают рисунок с пропущенными элементами (например, у дома нет окна), они указывают. 3. Восстановление целого по частям – разрезанная картинка, дети складывают. 4. Упражнение «Волшебный стул» – каждый садится на стул, остальные говорят ему комплименты, чтобы он почувствовал свою значимость.
Заключительная часть	Обсуждение, что было трудно, а что легко.

Занятие № 12. Собранность и внимание

Цель: тренировка концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- увеличивать объём внимания через игры-соревнования;
- развивать умение переключать внимание по инструкции.

Оборудование: предметы для игр «Кто за ширмой?», карточки со словами, буквенная таблица.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Пальчики здороваются».
Основная часть	1. Игра «Кто за ширмой?» – за ширмой ребёнок, дети угадывают по описанию (одежда, рост). 2. «Кто в чём одет?» – дети запоминают одежду друг друга, затем отворачиваются, психолог меняет детали, угадывают. 3. «Найди спрятанное слово» – на доске написаны буквы, дети ищут знакомое слово (дом, кот). 4. «Догони и поймай букву» – психолог называет букву, дети хлопают, когда слышат её в ряду.
Заключительная часть	Релаксация «Закрой глаза, послушай тишину».

Занятие № 13. Переключение и собранность

Цель: развитие распределения, избирательности и переключения внимания.

Задачи:

- выполнять задания на распределение внимания;
- тренировать переключение с одного вида деятельности на другой;
- повышать самооценку через упражнение «Мои сильные стороны».

Оборудование: корректурные бланки (фигуры), таблицы Шульте, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Повтори ритм» (хлопки).
Основная часть	1. Корректурная проба – на листе с фигурами дети вычёркивают определённую фигуру (например, все треугольники) за 2 минуты. 2. Упражнение «Я в магазине зеркал» – дети изображают

Этап	Содержание
	движения, как в зеркальном отражении, с переключением темпа. 3. Работа по таблицам Шульте (3х3) – дети показывают числа по порядку. 4. Упражнение «Мои сильные стороны» – каждый ребёнок называет, что у него хорошо получается, остальные дополняют.
Заключительная часть	Обсуждение, что было самым сложным. Прощание.

Занятие № 14. Я управляю собой

Цель: развитие произвольного внимания и саморегуляции.

Задачи:

- учить действовать по правилу;
- развивать умение сдерживать импульсивные действия.

Оборудование: таблицы Шульте, карточки с командами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Слушай хлопок» – разные хлопки обозначают разные действия.
Основная часть	1. Работа по таблицам Шульте (усложнение – 4х4) – дети находят числа по порядку. 2. Игра «Сделай, как я скажу» – психолог даёт команды (подними правую руку, топни левой), дети выполняют. 3. «Запретное движение» – нельзя делать одно движение (например, хлопать), кто ошибся – выбывает.
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение: «Как ты научился себя контролировать?»

Занятие № 15. Зрительные образы памяти

Цель: развитие непроизвольной и произвольной зрительной памяти.

Задачи:

- тренировать запоминание предметов и их расположения;
- воссоздавать мысленный образ через рисование;
- развивать чувствительность через тактильные доски.

Оборудование: 10 предметных картинок, тактильные доски, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на запоминание.
Основная часть	1. «10 картинок» – показываем 10 картинок (30 сек), затем дети называют, что запомнили. 2. «Что поменялось?» – меняем местами 2 картинки, дети находят. 3. «Рисуем по памяти» – дети рисуют простую композицию (домик, дерево) по памяти после просмотра образца. 4. Упражнения на развитие чувствительности – дети ощупывают тактильные доски и описывают ощущения (гладкая, шершавая).
Заключительная часть	Обсуждение: что легче запомнить – картинки или ощущения?

Занятие № 16. Слуховые ребусы памяти

Цель: развитие оперативной слуховой памяти и вербализация образов.

Задачи:

- учить удерживать в памяти серию слов/звуков;
- развивать умение описывать услышанное.

Оборудование: карточки с цифрами, буквами, предметными картинками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Эхо» – повторение ритма хлопков.
Основная часть	1. «Послушай и опиши» – психолог называет 3–5 слов (кот, дом, лес), дети повторяют и описывают (какой кот?). 2. Запоминание цифр – ряд из 4–5 цифр, дети воспроизводят. 3. Запоминание букв – аналогично. 4. Упражнение «Мысленные образы и их эмоциональная окраска» – детям называют слово, они представляют его и говорят, какая эмоция возникает.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что легче запомнить – слова или цифры?»

Занятие № 17. Визуализация и запоминание

Цель: осознание визуального материала, развитие слуховой памяти и внимания к деталям.

Задачи:

- учить замечать детали в изображении;
- тренировать слуховое запоминание;
- развивать температурную чувствительность.

Оборудование: картинки с множеством деталей, предметы разной температуры (тёплые, холодные).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Зоркий глаз».
Основная часть	1. «Вспомни картинки» – показываем сложную картинку, дети перечисляют все детали. 2. «Пробуждение чувства деталей» – психолог описывает предмет, дети должны догадаться (по цвету, форме, деталям). 3. «Запомни цифры» – слуховой ряд цифр, воспроизведение в том же порядке. 4. Упражнения на развитие чувствительности – дети трогают предметы разной температуры (грелка, лёд), описывают ощущения.
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение.

Занятие № 18. Обобщаем и систематизируем

Цель: развитие способности обобщения на наглядной основе.

Задачи:

- учить объединять предметы по общему признаку;
- развивать классификацию по цвету и форме.

Оборудование: наборы карандашей, карточки с предметами (посуда, одежда, транспорт).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Собери в кучу» – разложить карандаши по цвету.
Основная часть	1. Подбор карандашей по оттенкам – разложить от светлого к тёмному. 2. Упражнения на обобщение – «Покажи все предметы, которые относятся к посуде», «К одежде». 3. Классификация по двум основаниям – одновременно цвет + форма (например, все красные круги отдельно, синие квадраты отдельно).

Этап	Содержание
Заключительная часть	Обсуждение, какие группировки были трудными.

Занятие № 19. Причины, следствия, логика

Цель: обучение пониманию причинно-следственных отношений (начальный этап).

Задачи:
- учить находить логические связи на простых сюжетах;
- развивать умение устанавливать последовательность событий.

Оборудование: сюжетные картинки (3–4 части), карточки «Найди лишнее».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Что сначала, что потом».
Основная часть	1. «Найди лишнюю картинку» – среди 4 картинок одна не подходит по смыслу. 2. «Исключение четвёртого» – аналогично, но с объяснением «почему». 3. Работа с серией сюжетных картинок – разложить 3–4 картинки в правильном порядке, составить рассказ (жестами и словами).
Заключительная часть	Обсуждение: «Что произошло сначала? Почему?»

Занятие № 20. Сравниваем и обобщаем

Цель: обобщение житейских понятий, формирование нравственных представлений.

Задачи:

- учить сравнивать предметы по существенным признакам;
- развивать эмпатию через обсуждение хороших и плохих поступков.

Оборудование: Лото Когана, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что похоже?»
Основная часть	1. Лото Когана – дети подбирают фигуры по цвету и форме, заполняют игровое поле.

Этап	Содержание
	2. Упражнения на сравнение – «Чем отличаются яблоко и мяч?» (цвет, форма, вкус). 3. Беседа «Что такое хорошо и что такое плохо?» – разбор ситуаций (помочь другу, обидеть малыша). Игры на эмпатию («Покажи, как жалко»).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой поступок тебе понравился больше?»

Занятие № 21. Порядок среди предметов

Цель: развитие классификационных операций и закрепление нравственных представлений.

Задачи:

- учить распределять предметы по группам по разным признакам;
- закреплять понятия о нравственном поведении через ситуации.

Оборудование: карточки с предметами, сюжетные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Разложи по коробкам».
Основная часть	1. Классификация предметов – даны картинки (мебель, игрушки, еда), дети раскладывают по группам. 2. Работа с карточками «Разложи по группам» – усложнение: группировать по двум признакам (например, игрушки и цвет). 3. Ситуативные игры на нравственный выбор – «Что бы ты сделал?» (если друг упал, если кто-то берёт чужое).
Заключительная часть	Обсуждение: «Почему важно уметь раскладывать вещи по порядку?»

Занятие № 22. Творчество и воображение

Цель: развитие творческого и невербального воображения, конструктивных способностей.

Задачи:

- учить придумывать образы из незаконченных линий;
- развивать конструктивное мышление через постройку по образцу.

Оборудование: листы с друдлами (незаконченные рисунки), кубики/палочки для конструирования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что бывает круглым?» – дети перечисляют.
Основная часть	1. Дорисовывание друдлов – дети дорисовывают фигуры до какого-либо предмета. 2. Конструирование по образцу – строят башню из кубиков, повторяя образец. 3. Фантазирование – «Что можно сделать из бумажного круга?» (солнце, тарелка, колесо).
Заключительная часть	Выставка рисунков, обсуждение: «Что ты придумал?»

Занятие № 23. Мечты и фантазии наши

Цель: развитие вербального и образного воображения, формирование мечты.

Задачи:

- учить выражать свою мечту через рисунок и рассказ;
- развивать творческие способности через песочную терапию.

Оборудование: песочный стол, бумага, краски, фигурки для песка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, беседа «О чём ты мечтаешь?»
Основная часть	1. «Нарисуй свою мечту» – дети рисуют свои мечты, затем рассказывают (с помощью жестов и слов). 2. Работа на песочном столе «Создай свой мир» – дети строят свой мир из песка, фигурок. 3. Рассказ «О чём я мечтаю» – каждый рассказывает о своей мечте, группа аплодирует.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в своей мечте?»

Занятие № 24. Психогимнастика и релакс

Цель: коррекция гиперактивности/гипоактивности, обучение саморасслаблению, развитие выразительности жестов.

Задачи:

- снять мышечное напряжение через игру;
- учить передавать эмоции через жесты и движения;

- обсудить привлекательные качества взрослых.

Оборудование: мяч, карточки с ролями, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разогрев «Возьми и передай» – передача мяча с разными интонациями.
Основная часть	1. Игра «Дружная семья» – дети изображают членов семьи (папа, мама, бабушка) характерными жестами. 2. Этюды на выразительность жеста – «Покажи радость, грусть, удивление» только жестами рук. 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждают доброту, строгость, заботу.
Заключительная часть	Релаксация под музыку, дыхательные упражнения.

Занятие № 25. Этюды тела и души

Цель: развитие понимания эмоционально-выразительных движений рук; тренировка отдельных групп мышц.

Задачи:

- учить напрягать и расслаблять мышцы по команде;
- развивать самоконтроль через телесные упражнения.

Оборудование: коврики для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Слушай своё тело».
Основная часть	1. Упражнение «Штанга» – имитация подъёма штанги с напряжением рук и тела, затем резкое расслабление. 2. «Шалтай-Болтай» – раскачивание корпуса с расслабленными руками. 3. «Насос и мяч» – один ребёнок «накачивает» другого, тот «сдувается». 4. Этюды на расслабление мышц лица – «Улыбка», «Удивление», затем расслабление.
Заключительная часть	Обсуждение: «В каких частях тела ты чувствовал напряжение?»

Занятие № 26. Дыхание и успокоение

Цель: обучение приёмам саморасслабления через дыхание; контроль эмоционального состояния.

Задачи:

- отрабатывать диафрагмальное дыхание;
- использовать визуализацию для снятия тревоги.

Оборудование: лёгкая музыка, мягкие игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, измерение пульса (игровое).
Основная часть	1. Упражнение «Насос и мяч» – глубокий вдох, выдох со звуком «с-с-с». 2. «Качели» – вдох на подъёме, выдох на спуске. 3. «Игра с шишками и мишкой» – дети дышат на игрушку, чтобы она покачивалась. 4. «На берегу моря» – визуализация: закрыть глаза, представить море, слушать звук волн (музыка), дыхание в такт.
Заключительная часть	Обсуждение: как дыхание помогает успокоиться.

Занятие № 27. Правила и саморегуляция

Цель: развитие умения сдерживаться, самоконтроля; помощь в адаптации к школе.

Задачи:

- тренировать умение действовать по команде;
- развивать навыки саморегуляции через игровые ситуации;
- формировать представление о контроле поведения через упражнение «Жил-был кот…».

Оборудование: карточки с цветами (красный, жёлтый, зелёный), игрушечный кот.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Стоп-сигнал» – по сигналу дети замирают.
Основная часть	1. «Замри» – дети двигаются под музыку, на паузу замирают. 2. Упражнение «Жил-был кот…» – психолог начинает историю о коте, который учился не драться, не кричать. Дети продолжают: что делал кот, чтобы быть послушным? 3. Обсуждение ситуаций самоконтроля – «Как сдержаться, когда очень хочется кричать?».

Этап	Содержание
Заключительная часть	Релаксация, похвала за старание.

Занятие № 28. Действуем по образцу

Цель: развитие умения действовать по правилу и образцу; тренировка саморегуляции.

Задачи:

- учить точно повторять действия по образцу;
- формировать навык соблюдения правил в игре.

Оборудование: графические карточки, кубики для выкладывания узора.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Светофор» – выполняем действия на цвет.
Основная часть	1. Игры на соблюдение правил – «Разрешается-запрещается» (показываем карточки). 2. Задания по образцу – графический диктант (простой рисунок по клеточкам) или выкладывание узора из кубиков по образцу. 3. Упражнения на самоконтроль – «Покажи, как ты умеешь ждать» – выполнить действие только после сигнала.
Заключительная часть	Обсуждение: «Что помогло тебе точно выполнить задание?»

Занятие № 29. Моё уникальное «Я»

Цель: развитие притязания на признание, уверенности в себе; осознание своего имени и внешности.

Задачи:

- формировать позитивный образ «Я»;
- учить принимать комплименты;
- обсудить качества взрослых.

Оборудование: зеркало, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, рассматривание себя в зеркало: «Что я вижу?»

Этап	Содержание
Основная часть	1. Упражнение «Мышь и мышеловка» – ролевая игра на преодоление робости. 2. Этюд «Вот он какой» – дети показывают себя в пантомиме (добрый, смелый). 3. Этюд «Тень» – повтор движений другого, чтобы почувствовать себя в другой роли. 4. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение положительных качеств взрослых и своих.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в себе сегодня?»

Занятие № 30. Я и моё окружение

Цель: формирование половой идентичности и принятия себя как представителя пола.

Задачи:

- осознавать свой пол;
- учиться выражать свои предпочтения через игру.

Оборудование: карточки с ассоциациями, игрушки для сюжетных игр.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Кто я?» (мальчик/девочка).
Основная часть	1. Игра «День рождения» – каждый ребёнок описывает себя как именинника (одежда, игрушки). 2. Игра «Ассоциации» – «Какое ты животное? Какой цветок?» (проекция). 3. Игра «Необитаемый остров» – каждый выбирает себе роль, обосновывает.
Заключительная часть	Обсуждение: «Что значит быть девочкой/мальчиком?»

Занятие № 31. Время: прошлое и будущее

Цель: осознание временной перспективы (прошлое – настоящее – будущее).

Задачи:

- вспоминать события из своей жизни;
- мечтать о будущем;
- продолжать историю кота во времени.

Оборудование: фотографии детей (маленькие), карточки с изображениями профессий.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, беседа «Когда ты был маленьким».
Основная часть	1. Беседа о жизненных событиях – «Когда я был маленьким…» (с показом фото). 2. «Кем я стану?» – выбирают профессию, рассказывают. 3. Игра «Передай клубочек» – дети по кругу передают клубок и говорят одно слово о себе в прошлом или будущем. 4. Упражнение «Жил-был кот…» – продолжение истории: кот вспоминает себя маленьким и мечтает вырасти.
Заключительная часть	Обсуждение: «Что изменится, когда ты станешь взрослым?»

Занятие № 32. Смелость и решимость

Цель: повышение уверенности в себе; снятие конфликтности.

Задачи:

- отрабатывать навыки отказа и защиты своих границ;
- тренировать контроль гнева.

Оборудование: мягкие подушки, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Я не дам себя обидеть» (постановка руки).
Основная часть	1. Этюд «Кукушонок» – ребёнок изображает птенца, который учится вылетать из гнезда (преодоление зависимости). 2. Этюд «Винт» – напряжённое тело, затем расслабление (выход гнева). 3. Этюд «Молчок» – тренировка желательного поведения (не говорить без спроса).
Заключительная часть	Рефлексия: «Когда ты чувствовал себя сильным?»

Занятие № 33. Наш класс – мы вместе

Цель: снятие конфликтности; развитие чувства принадлежности к группе.

Задачи:

- учить совместным действиям;
- развивать навык разрешения конфликтов;
- начать коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: ватман, краски, кисти.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «У оленя дом большой» (координация).
Основная часть	1. Этюд «У оленя дом большой» – все вместе выполняют движения, затем каждый рисует свой дом на общем листе. 2. Игра «Два друга» – разыгрывают ссору и примирение, обсуждают, как мириться. 3. Коллективный рисунок «Наш класс» (начало) – каждый рисует себя и друга.
Заключительная часть	Обсуждение, как важно быть вместе.

Занятие № 34. Наш класс – одна семья

Цель: закрепление социальных представлений, осознание себя в социальном пространстве.

Задачи:

- осознавать свои права и обязанности в классе;
- завершить коллективный рисунок;
- обсудить настроения.

Оборудование: ватман, краски, готовый рисунок.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Холодно-жарко» (эмоциональная регуляция).
Основная часть	1. Этюд «Три характера» – изобразить доброго, злого и весёлого человека. 2. Этюд «Разные настроения» – дети показывают, как меняется лицо при разных эмоциях. 3. Завершение коллективного рисунка «Наш класс» – добавление деталей, подписывание имён. 4. Обсуждение рисунка – «Кто здесь нарисован? Что мы делаем вместе? Какие у нас права и обязанности?»
Заключительная часть	Общее фото с рисунком, прощание, пожелание добрых слов.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

3 класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 3 класса МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий, III класс (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002);
- Программы М.В. Евлампиевой, Т.Н. Ланиной, М.В. Черенкова. Курс занятий с детьми 5–10 лет.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 3 класса со **сложной структурой дефекта**. На третьем году обучения у детей сохраняются трудности произвольной регуляции, недостаточность сенсорного опыта и коммуникативных навыков, но наблюдается положительная динамика в развитии познавательной сферы. Третий класс является

переходным этапом к более сложным формам мыслительной деятельности — от наглядно-образного мышления к элементам словесно-логического.

Глухие и слабослышащие школьники вследствие первичного недостатка — нарушения слуха — имеют ряд особенностей в развитии речемыслительной, познавательной и личностной сфер, что создаёт определённые трудности при диагностике и проектировании индивидуальной образовательной программы. Особое внимание в 3 классе уделяется **развитию логического мышления, произвольности психических процессов и коммуникативных навыков**, поскольку эти сферы являются основой успешного усвоения программного материала на последующих этапах обучения.

Актуальность программы

Третий год обучения в школе является этапом перехода от адаптации к учебной деятельности к систематическому усвоению знаний. Для детей со сложными нарушениями развития этот период связан с необходимостью дальнейшего развития произвольности познавательных процессов, логического мышления, самоконтроля и навыков социального взаимодействия. В возрасте 9–10 лет у глухих детей с комплексными нарушениями происходит активное формирование структуры самосознания, осознание своего «Я» в социальном контексте, что требует особого внимания к коммуникативному и личностному развитию.

Программа направлена на развитие основных видов чувствительности, логического мышления, произвольности психических процессов, коммуникативных навыков и самосознания третьеклассников, создание условий для успешного обучения и социальной адаптации.

Цель программы

Развитие основных видов чувствительности, способности к общению, произвольности психических процессов, логического мышления у обучающихся 3 класса с комплексными нарушениями слуха.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–4):

1. Выявление актуального уровня развития познавательной сферы (внимания, памяти, мышления), сенсорного восприятия и произвольного поведения.
2. Оценка степени адаптированности третьеклассников к учебной деятельности, выявление признаков школьной дезадаптации.
3. Определение зон ближайшего развития и индивидуальных коррекционно-развивающих маршрутов.
4. Диагностика эмоционального состояния, уровня самооценки и коммуникативных навыков.
5. Проведение беседы об эмоциях для актуализации знаний о базовых эмоциональных состояниях и их социальных проявлениях.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 5–34):

1. **Сенсорное развитие:** совершенствование тактильной, зрительной, слухо-вибрационной, обонятельной и вкусовой чувствительности; развитие кинестетических и статических ощущений; формирование умения

определять предмет на ощупь, материал, из которого он изготовлен, равенство массы, объёма, величины объектов.

2. **Развитие логического мышления:** формирование умений выделять признаки предметов, сравнивать объекты, классифицировать по существенным и несущественным признакам, обобщать в слове выделенные признаки, устанавливать причинно-следственные связи, понимать словесную характеристику классов.
3. **Развитие произвольности психических процессов:** формирование умения действовать по правилу и образцу, развитие самоконтроля и саморегуляции, увеличение объёма вербальной и невербальной памяти.
4. **Развитие коммуникативных навыков («Азбука общения»):** формирование навыков самостоятельной деятельности и социальной ответственности, развитие способности чувствовать и понимать себя и другого человека, формирование терпимости к мнению собеседника, навыков вежливого общения.
5. **Формирование самосознания:** развитие адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей, повышение уровня самоконтроля в отношении проявления эмоционального состояния в ходе общения.
6. **Развитие мелкой моторики:** совершенствование тонких движений пальцев рук, подготовка руки к письму через пальчиковые игры, работу с песком, пластилином, проволокой.

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа — получение полных данных об уровне развития каждого ребёнка, определение индивидуальных маршрутов коррекции.

По итогам коррекционно-развивающего этапа — у третьеклассников предполагается формирование следующих умений и навыков:

В сенсорной сфере:

- умение определять предмет на ощупь с закрытыми глазами (с ширмой);
- умение определять материал, из которого изготовлены объекты;
- умение определять равенство количества, массы, объёма, величины объектов;
- умение разборчиво оречевлять свои действия;
- умение определять источник звука по вибрации и характеру звучания.

В познавательной сфере:

- умение классифицировать признаки предметов, выделять существенные и несущественные;
- умение обобщать в слове выделенные признаки, называть основания классификации;
- умение описывать предмет, угадывать его по признакам;
- умение сравнивать разные и сходные признаки;
- умение правильно сложить картинку по памяти;
- умение видеть изменения и закономерности в предъявленном материале;
- умение делить объекты на классы по заданному основанию;
- умение понимать словесную характеристику каждого класса.

В регуляторной и личностной сфере:

- элементарные навыки самостоятельной деятельности и социальной ответственности;
- способность чувствовать и понимать себя и другого человека;
- умение анализировать собственное поведение и поступки окружающих;
- навыки самоконтроля и терпимости;
- умение вежливо общаться, выражать эмоциональное состояние с помощью мимики и пантомимы;
- навыки речевого общения.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
  - Занятие 1 — первичная психолого-педагогическая диагностика (индивидуальное обследование) с включением беседы об эмоциях;
  - Занятия 2–3 — **наблюдение за процессом адаптации** третьеклассников в режиме группового взаимодействия (игровые ситуации, совместная деятельность, выполнение инструкций);
  - Занятие 4 — диагностика после адаптационного периода, уточнение индивидуальных маршрутов.
- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития сенсорной, познавательной, коммуникативной и эмоционально-личностной сфер каждого ребёнка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. Развитие основных видов чувствительности (занятия 5–8).
2. Азбука общения (занятия 9–11).
3. Развитие произвольности психических процессов (занятия 12–23).
4. Развитие логического мышления (занятия 24–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- сенсорно-перцептивные упражнения (тактильные, вибрационные, зрительные);
- дидактические игры (классификация, обобщение, лото, мемо);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);

- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- упражнения на развитие познавательных процессов;
- работа по таблицам, схемам, раздаточному материалу;
- релаксационные упражнения;
- ролевые игры;
- беседы, моделирование и анализ ситуаций;
- театрализация.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023. — 235 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.

16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания, утомляемости, сохранности следов памяти
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация – замена букв на геометрические фигуры)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания, темпа работы
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации на наглядном материале
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий» (серии сюжетных картинок)	А.Н. Бернштейн (адаптация – 3–4 картинки с простым сюжетом)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей, способности к логическому

Сфера	Методика	Источник	Цель
			умозаключению
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд» (закономерности из фигур, символов)	А.З. Зак (адаптация – использование наглядных рядов)	Выявление способности выявлять закономерности и осуществлять перенос способа действия
Мышление (классификация)	Лото Когана (классификация по двум основаниям – цвет + форма)	Адаптированный вариант (Н.Я. Семаго)	Оценка уровня развития классификационных операций, умения выделять одновременно два признака
Зрительно-моторная координация	«Домик» (срисовывание сложной фигуры)	Н.И. Гуткина	Оценка произвольной регуляции, зрительно-пространственной координации и внимания при выполнении графического задания
Пространственные представления	Проба на понимание предлогов и ориентировку («Графический диктант» – упрощённый вариант)	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (адаптация – работа с плоскостными фигурами и схемой тела)	Определение уровня сформированности пространственных представлений (лево-право, вверху-внизу, впереди-сзади)
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур (адаптация – использование наглядной 7-ступенчатой лестницы)	Исследование уровня самооценки, дифференциации «хороший – плохой»
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации (с наглядными опорами)	Н.Г. Лусканова (модификация с использованием карточек-вопросов и жестовой поддержки)	Определение доминирующего типа мотивации (учебная, игровая, социальная, внешняя)
Эмоциональная сфера	1. «Эмоциональные лица»	1. Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Диагностика распознавания базовых

Сфера	Методика	Источник	Цель
	(идентификация эмоций) 2. «Страхи в домиках» (беседа с раскладкой карточек) 3. Цветовой тест Люшера (адаптированный)	2. А.И. Захаров, М.А. Панфилова 3. Классическая методика	эмоций, выявление страхов и тревожности, оценка эмоционального состояния и уровня комфорта/дискомфорта
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности + беседа с учителем	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (критерии адаптированности)	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков, умения взаимодействовать со сверстниками и взрослыми
Адаптация	Диагностическое наблюдение (в учебной и игровой деятельности) + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (критерии адаптированности), дополнено анкетой для педагогов	

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	Диагностика моего «Я»	1	Выявление уровня развития познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния. Беседа об эмоциях.	Методики: «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка», «Страхи в домиках». Рисунок «Моё настроение». Беседа об эмоциях.	Индивидуальная, беседа, рисование
2	Играем и адаптируемся	1	Оценка адаптированности, коммуникативных навыков, умения действовать в группе.	Игровые ситуации, «Передай мяч с эмоцией», совместное выполнение инструкций.	Групповая, игровая, наблюдение
3	Мы вместе – мы команда	1	Выявление признаков дезадаптации, изучение межличностных отношений.	«Построй башню», «Рисунок по кругу», социометрическая проба.	Групповая, коллективная, игровая
4	Познаём себя в классе	1	Завершение диагностики, уточнение индивидуальных маршрутов, анализ динамики.	Корректурная проба, «Продолжи ряд», беседа о впечатлениях.	Индивидуальная, беседа, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					
Раздел 1. Развитие основных видов чувствительности (занятия 5–8)					
5	Мир запахов вокруг	1	Развитие обоняния. Преодоление страхов.	Лото запахов. Упражнение «Я сильнее своего страха».	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
6	Эмоции без слов	1	Понимание эмоций, передача мимикой и жестами.	Игра «Крокодил» (эмоции). Этюды на выразительность.	Групповая, игровая, психогимнастика

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	Какой у меня характер	1	Моделирование черт характера, осознание поведения.	Этюды на моделирование характера. Обсуждение поступков.	Групповая, беседа, этюды
8	Чувствую руками	1	Развитие тактильного восприятия. Преодоление страхов.	Тактильный ящик. Определение материала на ощупь. Упражнение «Я сильнее своего страха».	Индивидуальная, групповая, сенсорная игра
Раздел 2. Азбука общения (занятия 9–11)					
9	Фантазия характеров	1	Различение черт характера. Развитие воображения. Ролевая игра на уверенность.	Рисунки по словам, воспроизведение. Сочинение сказок. Ролевая игра «Я могу».	Индивидуальная, групповая, творческая
10	Учимся владеть собой	1	Моделирование ситуаций. Обучение расслаблению. Ролевая игра на уверенность.	Игры с правилами. Релаксация. Ролевая игра «Я смелый».	Групповая, психогимнастика, игра
11	Культура общения (этикет)	1	Навыки вежливого общения. Театрализация. Ролевая игра на уверенность.	Тренинг «Общение в разных странах». Театрализация приветствий. Ролевая игра «Я могу».	Групповая, игровая, театрализация
Раздел 3. Развитие произвольности психических процессов (занятия 12–23)					
12	Память и внимание	1	Развитие памяти, межполушарного взаимодействия. Снятие недоверия к себе.	Игровая панель «Дерево», балансировочная доска. Упражнения на снятие недоверия к себе.	Индивидуальная, групповая, игровая
13	Сравниваем и находим	1	Определение признаков предметов, сравнение. Снятие недоверия к себе.	Сравнение объектов. Описание предмета. Упражнение «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
14	Что изменилось?	1	Выделение замаскированных деталей. Снятие недоверия к себе.	«Что изменилось?», «Для чего можно использовать?». Упражнение	Групповая, игровая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				«Комплименты».	упражнение
15	Нахождение закономерностей	1	Нахождение отличий, сходства, закономерностей.	«Угадай, что это?» (пантомима). Дорисовывание ряда.	Групповая, игровая, пантомима
16	Классификация признаков	1	Классификация существенных и несущественных признаков. Оречевление.	«Распредели по домикам». Работа с карточками.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
17	Сравнение по представлению	1	Сравнение по представлению. Увеличение объёма памяти. Развитие чувствительности.	Дорисовывание ряда. Задания на память. Тактильные доски.	Индивидуальная, групповая, упражнение
18	Узнавание по признакам	1	Классификация, обобщение, называние оснований. Развитие чувствительности.	Игра «Узнавание по признакам» (вербальные, наглядные). Температурные пробы.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
19	Определение предмета	1	Определение по величине, равенство массы, объёма, длины. Развитие чувствительности.	Практическая работа с полосками. Кинестетические упражнения.	Индивидуальная, практическая работа
20	Новое назначение предмета	1	Развитие мелкой моторики, высших корковых функций. Нравственные представления.	Придумывание нового назначения. Работа с песком. Упражнения на нравственные представления.	Индивидуальная, групповая, творческая
21	Рисунки по понятиям	1	Развитие мелкой моторики, памяти, внимания, воображения. Нравственные представления.	Дорисовка к словам-понятиям. Игра «Кто быстрее?». Упражнения на нравственные представления.	Индивидуальная, групповая, рисование
22	Пантомима действий	1	Снятие напряжения. Развитие произвольности.	Показ предмета или действия пантомимой.	Групповая, пантомима, игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
23	Обобщение объектов	1	Классификация, обобщение, называние основания.	Обобщение объектов по различным признакам.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
Раздел 4. Развитие логического мышления (занятия 24–34)					
24	Словесная характеристика	1	Классификация, обобщение, называние основания. Беседа о взрослых.	Выбор подписи к картинке. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	Индивидуальная, групповая, беседа
25	Признаки и свойства	1	Различение объектов по признакам с обоснованием. Беседа о взрослых.	Переливание жидкости. Изменение формы проволоки. Беседа о взрослых.	Индивидуальная, практическая работа, беседа
26	Кинестетика и речь	1	Развитие мелкой моторики, корковых функций, речи.	Пальчиковые игры. Фигурки из пальцев и палочек. Работа с песком. Оречевление.	Индивидуальная, групповая, пальчиковые игры
27	Сравнение по размерам	1	Развитие произвольности. Узнавание по описанию. Упражнение «Жил-был кот…».	Сравнение по размерам. Описание по вопросам. Упражнение «Жил-был кот…».	Индивидуальная, групповая, упражнение
28	Практика: сравнение	1	Развитие произвольности. Сравнение по размерам. Упражнение «Жил-был кот…».	Сравнение «лепёшки» и «блина». Складывание картинок. Упражнение «Жил-был кот…».	Индивидуальная, практическая работа
29	Деление на классы	1	Определение закономерностей. Рисунок «Наш класс».	Деление на классы по основанию. Рисунок «Наш класс» (начало).	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
30	Отнесение к	1	Определение закономерностей.	Отнесение к классу. Обобщение в	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	классу		Обобщение. Рисунок «Наш класс».	слове. Завершение рисунка «Наш класс».	групповая, дидактическая игра, рисование
31	Развитие мышления (резерв)	1	Закрепление навыков классификации и обобщения.	Работа с карточками, логические задачи.	Индивидуальная, групповая
32	Развитие памяти (резерв)	1	Закрепление навыков запоминания.	Игры на память, «Мемо», «Запомни пары».	Индивидуальная, групповая
33	Обобщающее занятие	1	Повторение и закрепление пройденного материала.	Итоговые игры, викторина.	Групповая, игровая
34	Итоговое занятие	1	Подведение итогов года. Диагностика динамики развития.	Повторная диагностика (сокращённый вариант).	Индивидуальная, групповая, рисование

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика моего «Я»

Цель: первичная психолого-педагогическая диагностика познавательной, эмоционально-личностной сферы и выявление страхов; знакомство с базовыми эмоциями.

Задачи:

- оценить уровень развития памяти, внимания, мышления;
- выявить самооценку, тревожность, страхи;
- провести беседу об эмоциях (радость, грусть, страх, гнев, удивление);
- познакомить ребёнка с процедурой обследования, снять напряжение.

Оборудование: бланки методик («Лесенка», «Кактус», «Страхи в домиках», «Запомни 10 слов», «Четвёртый лишний»), карточки с пиктограммами эмоций, цветные карандаши, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать и различать эмоции». Используется жестовая речь, улыбка, спокойный голос.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. «Четвёртый лишний» – предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет (жестами/словами). 3. «Лесенка» – ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 4. «Страхи в домиках» – ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. 5. Беседа об эмоциях – показываем пиктограммы, ребёнок называет/показывает эмоцию, рассказывает, когда он так себя чувствовал.
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» – дыхательное упражнение. Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Играем и адаптируемся

Цель: наблюдение за адаптационными возможностями, коммуникативными навыками и произвольной регуляцией в групповой игре.

Задачи:

- оценить умение действовать по инструкции, соблюдать очерёдность;
- выявить уровень взаимодействия со сверстниками в новом коллективе;

- зафиксировать эмоциональные реакции на успех/неудачу;
- продолжить знакомство с эмоциями через игру.

Оборудование: мяч, набор игрушек, карточки с пиктограммами эмоций, листы наблюдения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Групповое приветствие, игра «Назови имя с эмоцией» – дети по кругу называют себя и показывают выбранную эмоцию (с использованием пиктограмм).
Основная часть	1. Игровая ситуация «Знакомство заново» – каждый ребёнок рассказывает о себе с помощью жестов и слов. 2. «Передай мяч с эмоцией» – передача мяча по кругу, каждый показывает эмоцию (радость, грусть, удивление) и передаёт мяч дальше. 3. «Что изменилось?» – на столе 5 предметов, дети запоминают, затем отворачиваются, психолог меняет местами 1–2 предмета, дети находят изменения.
Заключительная часть	Совместное выполнение инструкции «Сделай как я» – психолог показывает последовательность движений, дети повторяют. Беседа о настроении, прощание.

Занятие № 3. Мы вместе – мы команда

Цель: диагностика межличностных отношений, уровня сплочённости и способности к совместной деятельности.

Задачи:

- выявить социометрический статус каждого ребёнка в группе;
- оценить умение договариваться и распределять роли;
- определить зоны ближайшего развития в коммуникативной сфере.

Оборудование: конструктор (кубики, детали), листы для коллективного рисунка, фломастеры, бланки социометрии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на совместную работу.
Основная часть	1. «Построй башню» – дети делятся на пары/тройки, строят башню из кубиков, наблюдение за взаимодействием. 2. «Рисунок по кругу» – каждый ребёнок рисует элемент на общем листе по очереди, затем обсуждают, что получилось. 3. Социометрическая проба – дети выбирают, с кем хотели

Этап	Содержание
	бы сидеть за партой, играть и т.д. (используются карточки с именами/фото).
Заключительная часть	Обсуждение: «Что было легко? Что трудно?». Похвала за командную работу.

Занятие № 4. Познаём себя в классе

Цель: завершение диагностического этапа, уточнение индивидуальных маршрутов коррекции.

Задачи:

- провести дополнительные пробы по памяти и вниманию;
- выявить уровень произвольной регуляции через графические пробы;
- обсудить с ребёнком его впечатления от первых занятий.

Оборудование: корректурные бланки (фигурный вариант), карточки для «Запомни фигуры», графические дорожки, бланки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание доверительной обстановки.
Основная часть	1. Корректурная проба (фигурный вариант) – на листе с фигурами дети вычёркивают определённую фигуру (например, все треугольники) за 3 минуты. 2. «Запомни фигуры» – показываем 5 геометрических фигур, убираем, ребёнок рисует по памяти. 3. Графическая проба – «Проведи дорожку» (лабиринт) – оценка зрительно-моторной координации. 4. Беседа о впечатлениях – «Что тебе понравилось на занятиях? Что запомнилось?»
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое у тебя настроение?» (выбор пиктограммы). Прощание.

Занятие № 5. Мир запахов вокруг

Цель: развитие обонятельной чувствительности, введение в новый ритм школы, поддержание положительной адаптации. Преодоление страхов.

Задачи:

- учить различать знакомые запахи (фрукты, цветы, пряности);
- расширять сенсорный словарь;

- формировать навык преодоления страха через упражнение «Я сильнее своего страха».

Оборудование: лото-запахов (баночки с ароматами: лимон, апельсин, корица, ваниль, мята, цветы), карточки с картинками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на «запаховое путешествие».
Основная часть	1. Игра «Узнай по запаху» – дети по очереди нюхают баночки и соотносят с картинкой. 2. Дифференциация запахов по интенсивности – «Какой запах сильнее?» (сравнение лимона и ванили). 3. Ассоциации – «Что напоминает этот запах?» (например, корица – пирог, мята – лето). 4. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха» – дети рисуют свой страх, затем разрывают рисунок и громко проговаривают «Я сильнее своего страха».
Заключительная часть	Обсуждение любимых запахов, релаксация «Вдыхаем аромат леса» – дыхательное упражнение.

Занятие № 6. Эмоции без слов

Цель: развитие умения понимать эмоциональное состояние своё и других людей, передавать эмоции через мимику и жесты.

Задачи:

- учить распознавать базовые эмоции по мимике и пантомимике;
- развивать выразительность жестов и движений;
- формировать навык адекватного выражения эмоций.

Оборудование: карточки с пиктограммами эмоций, карточки с ситуациями, музыкальное сопровождение.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи эмоцию» – дети по очереди показывают эмоцию, остальные угадывают.
Основная часть	1. Игра «Крокодил» (эмоции) – один ребёнок показывает эмоцию без слов, остальные угадывают. 2. Этюды на выразительность – «Покажи радость», «Покажи грусть», «Покажи удивление» только жестами и мимикой. 3. Разбор ситуаций – «Что бы ты почувствовал, если

Этап	Содержание
	бы…?» (с опорой на картинки).
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение: «Какие эмоции тебе легче показывать?».

Занятие № 7. Какой у меня характер

Цель: моделирование положительных черт характера, осознание нежелательного поведения.

Задачи:

- учить различать положительные и отрицательные черты характера;
- развивать способность к самоанализу;
- формировать стремление к положительным изменениям.

Оборудование: карточки с описанием черт характера (добрый, злой, честный, лживый, смелый, трусливый), кукла или игрушка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, беседа «Какой ты?».
Основная часть	1. Этюды на моделирование характера – «Покажи доброго человека», «Покажи злого человека». 2. Обсуждение поступков – разбор ситуаций: «Хороший поступок или плохой? Почему?». 3. Игра «Волшебный сундучок» – дети складывают в сундучок хорошие качества, которые хотели бы иметь.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое качество ты хотел бы развить в себе?».

Занятие № 8. Чувствую руками

Цель: развитие тактильного восприятия, внимания и наблюдательности. Преодоление страхов.

Задачи:

- учить определять предмет на ощупь, называть его признаки (форма, фактура, температура);
- развивать умение определять материал (дерево, металл, ткань, пластик);
- продолжать работу по преодолению страхов.

Оборудование: тактильный ящик, тактильный набор (предметы из разных материалов), ширма, повязка на глаза.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Здравствуйте, ладошки».
Основная часть	1. Тактильный ящик – дети опускают руку, находят предмет, описывают его (гладкий, шершавый, холодный), затем достают и проверяют. 2. Определение материала – дети на ощупь определяют, из чего сделан предмет (деревянный, металлический, тканевый). 3. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха» – дыхательное упражнение с проговариванием. 4. Игра «Волшебный мешочек» – найти предмет по описанию на ощупь.
Заключительная часть	Релаксация «Тёплые ладошки» – растирание ладоней, прикладывание к щекам. Прощание.

Занятие № 9. Фантазия характеров

Цель: развитие умения различать черты характера, воображения, уверенности в себе через ролевую игру.

Задачи:

- учить придумывать истории о персонажах с разными характерами;
- развивать творческое воображение через рисование и сочинение;
- формировать уверенность в себе через ролевую игру «Я могу».

Оборудование: бумага, карандаши, карточки с персонажами (добрый гном, злая колдунья, смелый рыцарь, трусливый заяц).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Какой герой?» – показываем персонажа, дети описывают его характер.
Основная часть	1. Рисунки по 10–12 словам – психолог называет слова, дети рисуют ассоциации, затем по рисункам воспроизводят слова. 2. Сочинение сказок – дети придумывают историю о персонаже с определённым характером. 3. Ролевая игра «Я могу» – каждый ребёнок демонстрирует, что он умеет делать хорошо, группа поддерживает аплодисментами.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой характер у тебя? Что тебе в нём нравится?».

Занятие № 10. Учимся владеть собой

Цель: моделирование и анализ ситуаций, обучение расслаблению и саморегуляции. Развитие уверенности через ролевую игру.

Задачи:

- учить анализировать свои эмоции и поведение в разных ситуациях;
- осваивать приёмы саморасслабления;
- формировать уверенность в себе через ролевую игру «Я смелый».

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра с правилами «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Игры с правилами – «Можно – нельзя», «Разрешается – запрещается». 2. Упражнения на релаксацию – «Насос и мяч», «Шалтай-Болтай». 3. Моделирование ситуаций – разбор ситуаций, требующих самоконтроля («Что делать, если очень хочется кричать?», «Как успокоиться, если обидели?»). 4. Ролевая игра «Я смелый» – дети проигрывают ситуации, требующие смелости.
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение: «Какие приёмы помогают тебе успокоиться?».

Занятие № 11. Культура общения (этикет)

Цель: формирование навыков вежливого общения, выражения эмоционального состояния через мимику и пантомиму. Развитие уверенности через ролевую игру.

Задачи:

- учить употреблять слова приветствия, благодарности, прощания;
- развивать театральные способности через обыгрывание ситуаций общения;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я могу».

Оборудование: карточки с ситуациями (знакомство, приветствие, благодарность), театральные маски, куклы или игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови вежливое слово».
Основная часть	1. Тренинг «Общение в разных странах» – дети обыгрывают приветствия в разных культурах (жесты рукопожатия, поклона). 2. Правила хорошего тона за столом – разбор ситуаций. 3. Театрализация – разыгрывание сценки «Знакомство», «В гостях», «В магазине» с использованием вежливых слов. 4. Ролевая игра «Я могу» – дети показывают, как они могут вежливо обратиться, попросить, поблагодарить.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое вежливое слово ты сегодня использовал?».

Занятие № 12. Память и внимание

Цель: развитие памяти, межполушарного взаимодействия. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- тренировать зрительную и слуховую память;
- развивать координацию движений через балансировочные упражнения;
- формировать позитивное отношение к себе через упражнения на самооценку.

Оборудование: игровая панель «Дерево», балансировочная доска-лабиринт, карточки с картинками, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Пальчики здороваются».
Основная часть	1. Методики на развитие познавательных процессов – «Запомни картинки» (10 предметов), «Что поменялось?». 2. Игровая панель «Дерево» – выполнение заданий на память и внимание (найти спрятанные предметы). 3. Балансировочная доска-лабиринт – стояние на доске с удержанием равновесия, прокатывание шарика по лабиринту. 4. Упражнения на снятие недоверия к себе – «Что я умею хорошо?», «За что меня любят?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня запомнил?».

Занятие № 13. Сравниваем и находим

Цель: развитие умения определять признаки предметов, сравнивать объекты. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- учить выделять существенные признаки предметов;
- развивать умение сравнивать объекты по нескольким основаниям;
- формировать позитивную самооценку через упражнение «Мои сильные стороны».

Оборудование: набор предметов (мяч, кубик, яблоко, книга), карточки для сравнения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что похоже?».
Основная часть	1. Сравнение объектов между собой – «Чем отличаются яблоко и мяч?», «Чем похожи кубик и книга?». 2. Описание предмета по вопросам – «Какой формы? Какого цвета? Из чего сделан?». 3. Упражнение «Мои сильные стороны» – каждый ребёнок называет, что у него хорошо получается, остальные дополняют.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня узнал нового о себе?».

Занятие № 14. Что изменилось?

Цель: выделение в картинках замаскированных деталей с объяснением. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- тренировать наблюдательность и внимание к деталям;
- учить замечать изменения и объяснять их словами/жестами;
- формировать умение принимать комплименты.

Оборудование: картинки с отличиями, набор предметов для игры «Что изменилось?», карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Зоркий глаз».
Основная часть	1. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, дети

Этап	Содержание
	запоминают, затем меняются местами – находят отличия. 2. «Для чего можно использовать этот предмет?» – придумывание нестандартного использования (скрепка, карандаш, бумага). 3. Упражнение «Комплименты» – дети по кругу говорят друг другу добрые слова.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было приятно сегодня услышать?».

Занятие № 15. Нахождение закономерностей

Цель: развитие умения находить отличия, сходства и закономерности.

Задачи:

- учить видеть логические связи в рядах предметов/изображений;
- развивать аналитическое мышление;
- совершенствовать пантомимические навыки.

Оборудование: карточки с рядами (цвет, форма, размер), картинки с заданиями на нахождение закономерности.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Продолжи ряд» (цвета).
Основная часть	1. «Угадай, что это?» – показывание предмета с помощью пантомимы, остальные угадывают. 2. Дорисовывание ряда по признаку – «Что должно быть дальше?» (цвет, форма, размер). 3. Нахождение лишнего в ряду – объяснение выбора.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая закономерность была самой сложной?».

Занятие № 16. Классификация признаков

Цель: развитие умения классифицировать признаки предметов (существенные и несущественные), оречевление действий.

Задачи:

- учить распределять предметы по группам;
- развивать умение объяснять свой выбор;

- формировать навык оречевления действий.

Оборудование: карточки с предметами, «домики» для классификации (цвет, форма, назначение).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Разложи по коробкам».
Основная часть	1. «Распредели по домикам» – дети раскладывают карточки по группам (мебель, одежда, транспорт, игрушки). 2. Работа с карточками – выделение существенных признаков («Что главное у стула?», «Что главное у яблока?»). 3. Оречевление – ребёнок объясняет, почему он отнёс предмет к той или иной группе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая группа тебе показалась самой лёгкой/трудной?».

Занятие № 17. Сравнение по представлению

Цель: сравнение предметов по представлению, увеличение объёма невербальной и вербальной памяти. Упражнения на развитие чувствительности.

Задачи:

- учить сравнивать предметы по памяти;
- тренировать зрительную и слуховую память;
- развивать тактильную чувствительность.

Оборудование: карточки для дорисовывания, тактильные доски, набор цифр и букв.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Вспомни и сравни» (предложить сравнить два предмета из прошлого опыта).
Основная часть	1. Дорисовывание ряда картинок, цифр, изображений по заданному признаку. 2. Задания на увеличение объёма памяти – «Запомни цифры» (4–5 цифр), «Запомни слова» (5 слов). 3. Упражнения на развитие чувствительности – работа с тактильными досками (гладкая, шершавая, холодная, тёплая).
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе легче запомнить – цифры или слова?».

Занятие № 18. Узнавание по признакам

Цель: классификация признаков, обобщение в слове, называние оснований классификации. Упражнения на развитие чувствительности.

Задачи:

- учить узнавать предмет по словесному описанию;
- развивать обобщающую функцию речи;
- развивать тактильную и температурную чувствительность.

Оборудование: карточки с описаниями, набор предметов, ёмкости с водой разной температуры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Угадай по описанию».
Основная часть	1. Игра «Узнавание предметов по признакам» – психолог описывает предмет (цвет, форма, размер, назначение), дети угадывают. 2. Работа с карточками – обобщение признаков в слове («Это всё…»). 3. Упражнения на развитие чувствительности – температурные пробы (определение температуры воды на ощупь).
Заключительная часть	Рефлексия: «По каким признакам легче всего узнать предмет?».

Занятие № 19. Определение предмета

Цель: определение заданного предмета по величине бумажной полоски, равной длине предмета. Упражнения на развитие чувствительности.

Задачи:

- учить определять равенство количества, массы, объёма, длины;
- развивать практические навыки измерения;
- продолжать развитие кинестетических ощущений.

Оборудование: бумажные полоски разной длины, предметы (карандаш, ручка, книга), весы, мерные ёмкости, пластилин.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что длиннее?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. Определение равенства количества – сравнение двух групп предметов («Поровну или больше?»). 2. Равенство массы – работа с весами (сравнение двух предметов по весу). 3. Равенство объёма – переливание воды в ёмкости разной формы, сравнение. 4. Равенство длины – практическая работа с бумажными полосками. 5. Кинестетические упражнения – работа с пластилином (изменение формы).
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным в практической работе?».

Занятие № 20. Новое назначение предмета

Цель: развитие мелкой моторики, высших корковых функций (память, внимание, восприятие, воображение). Упражнения на формирование нравственных представлений.

Задачи:

- учить придумывать нестандартное использование предметов;
- развивать воображение и творчество;
- формировать нравственные представления через обсуждение ситуаций.

Оборудование: предметы (карандаш, скрепка, бумага, пластилин), песочный стол, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Для чего это?».
Основная часть	1. Придумывание нового назначения предмета с обоснованием («Что можно сделать из скрепки?»). 2. Работа с песком – рисование на песке, создание образов. 3. Упражнения на формирование нравственных представлений – разбор ситуаций «Хороший поступок или плохой?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось придумывать?».

Занятие № 21. Рисунки по понятиям

Цель: развитие мелкой моторики, памяти, внимания, восприятия, воображения. Упражнения на формирование нравственных представлений.

Задачи:

- учить зарисовывать слова-понятия;
- развивать воспроизведение по рисункам;
- продолжать формирование нравственных представлений.

Оборудование: бумага, карандаши, карточки со словами-понятиями (дом, дерево, солнце, друг, добро).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Нарисуй и запомни».
Основная часть	1. Дорисовка картинок к словам-понятиям – дети рисуют ассоциации к словам. 2. Последующее воспроизведение этих слов – по рисункам вспоминают исходные слова. 3. Игра «Кто быстрее?» – нарисовать, написать, выполнить бытовое действие. 4. Упражнения на формирование нравственных представлений – обсуждение понятий «добро», «дружба», «честность».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое слово тебе было легче нарисовать?».

Занятие № 22. Пантомима действий

Цель: снятие напряжения, развитие произвольности психических процессов.

Задачи:

- учить передавать действие или предмет через пантомиму;
- развивать выразительность движений;
- снимать мышечное напряжение.

Оборудование: карточки с действиями (читать, писать, убирать, застилать постель), музыкальное сопровождение.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Покажи движение».
Основная часть	1. Показ с помощью пантомимы предмета или действия (из школьной жизни) – дети показывают, остальные

Этап	Содержание
	угадывают. 2. Усложнение – показ последовательности действий («Утро школьника», «На уроке»). 3. Снятие напряжения – релаксационное упражнение «Плавные движения».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое действие было самым трудным для показа?».

Занятие № 23. Обобщение объектов

Цель: классификация признаков, обобщение в слове, называние основания классификации.

Задачи:

- учить обобщать объекты по различным признакам;
- развивать умение самостоятельно называть основание классификации;
- тренировать навык оречевления действий.

Оборудование: набор карточек с предметами, классификационные поля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови одним словом».
Основная часть	1. Обобщение объектов, их изображений по различным признакам – дети самостоятельно выбирают основание и группируют. 2. Выделение основания классификации – «Почему ты так сгруппировал?». 3. Обобщение в слове – дети называют группу обобщающим словом.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое обобщение было самым интересным?».

Занятие № 24. Словесная характеристика

Цель: классификация признаков, обобщение в слове, называние основания классификации. Беседа о взрослых.

Задачи:

- учить подбирать словесную характеристику к классам;
- развивать обобщающую функцию речи;

- формировать представления о взрослых через беседу.

Оборудование: карточки с предметами, карточки с подписями (названиями групп), картинки взрослых разных профессий.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Подбери название».
Основная часть	1. Выбор подписи, соответствующей картинке – дети выбирают из нескольких вариантов (например, «посуда», «одежда», «мебель»). 2. Обобщение в слове выделенных признаков – дети называют группу обобщающим словом и объясняют почему. 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение качеств взрослых (добрый, заботливый, строгий, весёлый), дети рассказывают о себе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Каким взрослым ты хочешь стать?».

Занятие № 25. Признаки и свойства

Цель: различение объектов по определённым признакам со словесным обоснованием. Беседа о взрослых.

Задачи:

- учить выделять признаки предметов (цвет, форма, размер, материал);
- развивать умение обосновывать свой выбор;
- продолжать беседу о взрослых и о себе.

Оборудование: ёмкости разной формы (круглая, квадратная, треугольная), проволока, пластилин, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови признак» (показываем предмет, дети называют его признаки).
Основная часть	1. Переливание жидкости в сосуды разной формы – практическая работа (вода принимает форму сосуда). 2. Изменение формы проволоки – дети сгибают проволоку, получая разные фигуры. 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение качеств и поведения.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня узнал о свойствах предметов?».

Занятие № 26. Кинестетика и речь

Цель: развитие мелкой моторики, высших корковых функций, речевое развитие.

Задачи:

- развивать тонкие движения пальцев рук;
- тренировать память, внимание, восприятие через работу с мелкими предметами;
- учить оречевлять свои действия.

Оборудование: песочный стол, палочки для выкладывания фигур, пластилин, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, пальчиковая гимнастика «Замок», «Семья».
Основная часть	1. Пальчиковые игры – «Сорока-ворона», «Ладушки», «Кулак-ребро-ладонь». 2. Выполнение фигурок из пальцев – «Коза», «Очки», «Заяц», «Цепочка». 3. Выполнение фигурок из палочек – знакомство со счётом и геометрическими фигурами (треугольник, квадрат, домик). 4. Работа с песком – рисование на песке, создание образов. 5. Оречевление действий – ребёнок комментирует свои действия (жестами и словами).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая фигурка из пальцев получилась лучше всего?».

Занятие № 27. Сравнение по размерам

Цель: развитие произвольности психических процессов. Узнавание предметов по словесному описанию. Упражнение «Жил-был кот…».

Задачи:

- учить сравнивать предметы по размеру (большой, маленький, длинный, короткий);
- узнавать предмет по словесному описанию;
- развивать способность к самоанализу через упражнение «Жил-был кот…».

Оборудование: набор предметов разного размера (мячи, кубики, ленты), игрушечный кот.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что длиннее? Что короче?».
Основная часть	1. Сравнение предметов по размерам – дети раскладывают от самого маленького до самого большого. 2. Описание предметов по вопросам – «Какой формы? Какого цвета? Какого размера?». 3. Упражнение «Жил-был кот…» – психолог начинает историю о коте, который учился понимать себя и других (контролировать гнев, быть терпеливым). Дети продолжают историю.
Заключительная часть	Рефлексия: «Чему научился кот из нашей истории?».

Занятие № 28. Практика: сравнение

Цель: развитие произвольности психических процессов. Сравнение предметов по размерам. Упражнение «Жил-был кот…».

Задачи:

- совершенствовать практические навыки сравнения;
- развивать пространственное мышление;
- продолжать работу над самоанализом через историю о коте.

Оборудование: пластилин, набор картинок разной степени сложности, кубики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Большой — маленький» (движения).
Основная часть	1. Сравнение «лепёшки» и «блина» из пластилинового шарика – дети раскатывают и сравнивают по форме и размеру. 2. Складывание картинок разной степени сложности по образцу, по представлению, самостоятельно – от простых (2–3 части) до сложных (6–8 частей). 3. Упражнение «Жил-был кот…» – продолжение истории: кот попадает в ситуацию, где нужно контролировать себя. Дети обсуждают, как кот справился.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легче – складывать картинки или сравнивать предметы?».

Занятие № 29. Деление на классы

Цель: умение видеть и определять закономерности в расположении материала. Рисунок «Наш класс».

Задачи:

- учить делить объекты на классы по заданному основанию;
- развивать умение находить общие признаки;
- начать коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: карточки с предметами (животные, растения, мебель, транспорт), ватман, краски, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Найди общее».
Основная часть	1. Деление объектов на классы по заданному основанию – дети раскладывают карточки по группам (животные, растения, мебель, транспорт). 2. Выделение основания классификации – «По какому признаку мы разделили эти предметы?». 3. Рисунок «Наш класс» (начало) – на большом листе ватмана дети начинают рисовать свой класс (себя, одноклассников, учителя).
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нравится в нашем классе?».

Занятие № 30. Отнесение объекта к классу

Цель: умение видеть и определять закономерности. Обобщение в слове выделенных признаков. Рисунок «Наш класс».

Задачи:

- учить относить отдельный объект к определённому классу;
- развивать умение обобщать в слове;
- завершить коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: карточки с объектами, классификационные поля, ватман, краски (продолжение рисунка).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Куда положить?» (показываем предмет, дети определяют класс).

Этап	Содержание
Основная часть	1. Отнесение объекта к классу – психолог показывает карточку, дети определяют, к какому классу относится предмет («Это фрукт, потому что…»). 2. Обобщение в слове – дети называют группу обобщающим словом. 3. Завершение коллективного рисунка «Наш класс» – добавление деталей, подписывание имён, обсуждение получившейся работы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой класс тебе было легче определять?».

Занятие № 31. Развитие мышления (резервное)

Цель: закрепление навыков классификации и обобщения.

Задачи:

- закреплять умение выделять существенные признаки;
- тренировать навыки обобщения и классификации;
- развивать логическое мышление.

Оборудование: карточки с предметами, логические таблицы, разрезные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что лишнее?».
Основная часть	1. Работа с карточками – классификация предметов по разным основаниям. 2. Логические задачи – «Продолжи ряд», «Найди закономерность». 3. Складывание разрезных картинок – развитие восприятия и мышления.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе сегодня было интересно делать?».

Занятие № 32. Развитие памяти (резервное)

Цель: закрепление навыков запоминания.

Задачи:

- тренировать зрительную и слуховую память;
- развивать внимание и сосредоточенность;

- закреплять навыки запоминания через игры.

Оборудование: игра «Мемо», набор картинок, карточки с парами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Запомни и покажи».
Основная часть	1. Игра «Мемо» – поиск парных картинок, развитие зрительной памяти. 2. «Запомни пары» – запоминание связанных пар (картинка + слово). 3. «Что изменилось?» – игра с 7–8 предметами, нахождение изменений.
Заключительная часть	Рефлексия: «Сколько пар ты запомнил?».

Занятие № 33. Обобщающее занятие

Цель: повторение и закрепление пройденного материала.

Задачи:

- обобщить знания, полученные за год;
- развивать навыки работы в группе;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, призы, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, объявление викторины «Самый умный».
Основная часть	1. Итоговые игры – «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 2. Викторина – вопросы по пройденным темам (чувствительность, общение, мышление, память). 3. Награждение – похвала, жетоны за правильные ответы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего за год?».

Занятие № 34. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов года. Диагностика динамики развития.

Задачи:

- провести сокращённую повторную диагностику;
- оценить динамику развития по сравнению с началом года;
- завершить коллективный рисунок «Наш класс»;
- создать положительный эмоциональный настрой на следующий учебный год.

Оборудование: бланки диагностических методик (сокращённый вариант), ватман с начатым рисунком, краски, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговое занятие.
Основная часть	1. Повторная диагностика (сокращённый вариант) – «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка». 2. Беседа об изменениях – «Что ты научился делать лучше?», «Что тебе теперь легче?». 3. Завершение коллективного рисунка «Наш класс» – добавление деталей, подписывание имён, обсуждение получившейся работы.
Заключительная часть	Общее фото с рисунком, прощание, пожелание добрых слов на лето.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

4 класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 4 класса МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий, IV класс (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002);
- Программы М.В. Евлампиевой, Т.Н. Ланиной, М.В. Черенкова. Курс занятий с детьми 5–10 лет.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 4 класса **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** со **сложной структурой дефекта**. Четвёртый год обучения является завершающим этапом начальной школы и одновременно переходным к основной школе. В этом возрасте у детей наблюдается значительная положительная

динамика в развитии познавательной и коммуникативной сфер, однако сохраняются трудности произвольной регуляции, самоконтроля и социального взаимодействия.

Особое внимание в 4 классе уделяется **развитию произвольности психических процессов, эмоциональной саморегуляции, коммуникативных навыков и логического мышления**, поскольку эти сферы являются основой успешного перехода в основную школу и дальнейшей социальной адаптации. Программа строится с учётом индивидуальных и возрастных особенностей детей, обеспечивая преемственность между начальным и основным этапами обучения.

Актуальность программы

Четвёртый класс — завершающий этап начального образования. Для детей со сложными нарушениями развития этот период является критическим с точки зрения формирования навыков саморегуляции, эмоциональной зрелости и социальной компетентности, необходимых для успешного обучения на следующем этапе. В возрасте 10–11 лет у глухих детей с комплексными нарушениями происходит активное формирование произвольной регуляции поведения, осознание социальных норм, развитие рефлексии и самосознания.

Программа направлена на развитие основных видов чувствительности, повышение способности к произвольной психической саморегуляции и самоконтролю, развитие познавательных процессов и эмоциональной сферы, создание условий для успешного завершения начального этапа обучения и подготовки к переходу в основную школу.

Цель программы

Развитие основных видов чувствительности; повышение способности к произвольной психической саморегуляции и самоконтролю; развитие познавательных процессов и эмоциональной сферы у обучающихся 4 класса с комплексными нарушениями слуха.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–4):

1. Выявление актуального уровня развития познавательной сферы (внимания, памяти, мышления), сенсорного восприятия, произвольного поведения и самоконтроля.
2. Оценка степени адаптированности четвероклассников к учебной деятельности, готовности к переходу в основную школу.
3. Определение зон ближайшего развития и индивидуальных коррекционно-развивающих маршрутов.
4. Диагностика эмоционального состояния, уровня самооценки, коммуникативных навыков.
5. Проведение беседы об эмоциях для актуализации знаний о базовых эмоциональных состояниях и их социальных проявлениях.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 5–34):

1. **Сенсорное развитие:** развитие зрительного восприятия, глазомера, функции равновесия, точных движений, тактильно-вибрационных ощущений; формирование умения ориентироваться в пространстве и времени; развитие способности соотносить, различать и называть основные цвета и геометрические фигуры.

2. **Развитие произвольности в двигательной сфере:** формирование умения произвольно направлять внимание на мышцы, различать и сравнивать мышечные ощущения, менять характер движений, контролируя свои ощущения.
3. **Развитие произвольности в эмоциональной сфере:** формирование умения направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения, различать и определять характер эмоций, произвольно демонстрировать эмоции по заданному образцу.
4. **Развитие произвольности в сфере общения:** формирование умения улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, сопереживать, отвечать адекватными чувствами.
5. **Развитие произвольности в поведении:** формирование умения определять конкретные цели своих поступков, искать и выбирать средства достижения этих целей, проверять эффективность выбранных путей, предвидеть конечный результат, брать на себя ответственность.
6. **Развитие познавательных процессов:** развитие памяти, внимания, мышления; формирование умения составлять простые рассказы по серии картинок, устанавливать логические связи и отношения на наглядном и словесном материале.
7. **Развитие эмоциональной сферы:** обучение активным мимическим и пантомимическим проявлениям чувств, обучение элементам саморегуляции, снятие мышечных и эмоциональных «зажимов».

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа — получение полных данных об уровне развития каждого ребёнка, определение индивидуальных маршрутов коррекции, оценка готовности к переходу в основную школу.

Выпускник научится:

- выполнять точные движения, определять предметы на ощупь, конструировать объекты из деталей, определять местоположение предметов;
- соотносить, различать, называть основные цвета, соотносить предметы по форме, различать и называть геометрические фигуры;
- концентрировать внимание на соответствующих объектах, переключать, распределять, сосредоточивать внимание;
- составлять простые рассказы по серии картинок;
- различать и сравнивать мышечные ощущения;
- различать, сравнивать, определять характер эмоциональных ощущений;
- произвольно и подражательно воспроизводить или демонстрировать эмоции по заданному образцу;
- снимать мышечные, эмоциональные «зажимы» с помощью мимики, пантомимы;
- оречевлять свои действия.

Выпускник получит возможность научиться:

- активно использовать зрительное восприятие в жизни;
- определять конкретные цели своих поступков, искать и находить из предложенных вариантов достижения этих целей, брать на себя ответственность;
- определять характер мышечных ощущений;
- осмыслять эмоциональный образ предмета;
- улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, умение сопереживать;

- соотносить поведение с чертами характера;
- менять характер движений при контроле своих ощущений, направлять внимание на мышцы.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
  - Занятие 1 — первичная психолого-педагогическая диагностика (индивидуальное обследование) с включением беседы об эмоциях;
  - Занятия 2–3 — **наблюдение за процессом адаптации** четвероклассников в режиме группового взаимодействия (игровые ситуации, совместная деятельность, выполнение инструкций);
  - Занятие 4 — диагностика после адаптационного периода, уточнение индивидуальных маршрутов.
- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития сенсорной, познавательной, коммуникативной и эмоционально-личностной сфер каждого ребёнка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. Развитие основных видов чувствительности (занятия 5–8).
2. Развитие произвольности в двигательной сфере (занятия 9–11).
3. Развитие восприятия (занятия 12–14).
4. Развитие произвольности в эмоциональной сфере (занятия 15–18).
5. Развитие познавательных процессов (занятия 19–23) — память, внимание, мышление.
6. Развитие произвольности в сфере общения (занятия 24–26).
7. Цикл тренинговых игровых занятий по психогимнастике (занятия 27–29).
8. Развитие произвольности в поведении и эмоциональной сферы (занятия 30–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- сенсорно-перцептивные упражнения (тактильные, вибрационные, зрительные);
- дидактические игры (классификация, обобщение, лото, мемо);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- упражнения на развитие познавательных процессов;

- работа по таблицам, схемам, раздаточному материалу;
- релаксационные упражнения;
- ролевые игры;
- беседы, моделирование и анализ ситуаций;
- театрализация;
- графические диктанты.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023. — 235 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание для групп повышенного развития. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д. Наглядный материал для психолого-педагогического обследования детей в медико-педагогических комиссиях. — Киев, 1988.
6. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми : сборник. — М., 1998.
12. Психология глухих детей / Под ред. И.М. Соловьева и др. — М., 1970.
13. Реан, А. А., Кстромина, С. Н. Как подготовить ребенка к школе. — СПб. : Питер, 1998.
14. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
15. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
16. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.

17. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
18. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
19. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
20. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
21. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
22. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
23. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
24. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
25. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация – замена букв на геометрические фигуры)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий» (серии сюжетных картинок)	А.Н. Бернштейн (адаптация – 3–4 картинки)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд» (закономерности	А.З. Зак (адаптация –	Выявление способности выявлять

Сфера	Методика	Источник	Цель
	из фигур, символов)	использование наглядных рядов)	закономерности
Зрительно-моторная координация	«Домик» (срисовывание сложной фигуры)	Н.И. Гуткина	Оценка произвольной регуляции, зрительно-пространственной координации
Пространственные представления	Проба на понимание предлогов и ориентировку («Графический диктант»)	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (адаптация)	Определение уровня сформированности пространственных представлений
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур (адаптация – наглядная 7-ступенчатая лестница)	Исследование уровня самооценки
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации (с наглядными опорами)	Н.Г. Лусканова (модификация)	Определение доминирующего типа мотивации
Эмоциональная сфера	1. «Эмоциональные лица» 2. «Страхи в домиках» 3. Цветовой тест Люшера	1. Н.Я. Семаго, М.М. Семаго 2. А.И. Захаров, М.А. Панфилова 3. Классическая методика	Диагностика распознавания базовых эмоций, выявление страхов и тревожности
Произвольность	«Графический диктант», «Да и нет»	Адаптированные методики	Оценка уровня развития произвольной регуляции и самоконтроля
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (критерии адаптированности)	Оценка успешности школьной адаптации

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	Диагностика моего «Я»	1	Выявление уровня развития познавательной сферы (память, внимание, мышление), сенсорного восприятия, самооценки, эмоционального состояния, уровня произвольной регуляции. Беседа об эмоциях.	Индивидуальные методики: «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка», «Страхи в домиках», «Графический диктант». Беседа «Какие эмоции я знаю?», «Что я чувствую в школе?». Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, беседа, рисование
2	Играем и адаптируемся	1	Оценка адаптированности к учебной деятельности, уровня коммуникативных навыков, умения действовать в группе, соблюдать правила.	Игровые ситуации («Знакомство заново», «Передай мяч с эмоцией»). Совместное выполнение инструкций, наблюдение за поведением.	Групповая, игровая, наблюдение
3	Мы вместе – мы команда	1	Выявление признаков школьной дезадаптации, определение зон ближайшего развития, изучение межличностных отношений, уровня готовности к переходу в основную школу.	Коллективные игры («Построй башню», «Рисунок по кругу»). Выполнение групповых заданий с распределением ролей. Социометрическая проба.	Групповая, коллективная, игровая
4	Познаём себя в классе	1	Завершение сбора диагностических данных, уточнение индивидуальных коррекционных маршрутов, анализ динамики, оценка произвольной регуляции.	Дополнительные диагностические пробы (корректурная проба, «Продолжи ряд»). Беседа о впечатлениях от начала учебного года. Самооценка.	Индивидуальная, беседа, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Раздел 1. Развитие основных видов чувствительности (занятия 5–8)					
5	Зоркий взгляд	1	Развитие зрительного восприятия, лидерских качеств и командного взаимодействия. Преодоление страхов.	Комплект для развития лидерских качеств. Игры на зрительное восприятие. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха».	Групповая, игровая, командная работа
6	Чувствую и слышу	1	Развитие глазомера, функции равновесия, точных движений, тактильно-вибрационных ощущений.	Весовой набор, шумовой набор, задания на равновесие. Определение источника звука по вибрации.	Индивидуальная, групповая, сенсорная игра
7	Держи равновесие	1	Мозжечковая стимуляция. Развитие функции равновесия и стратегического мышления.	Балансировочная доска. Настольная игра «Балансир».	Индивидуальная, групповая, игровая
8	Пространство и время	1	Умение ориентироваться в пространстве и времени. Преодоление страхов.	Игры «Слепой и поводырь», «Найди на плане». Определение времени по часам, частей суток. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха».	Групповая, игровая, упражнение
Раздел 2. Развитие произвольности в двигательной сфере (занятия 9–11)					
9	Мышечное внимание	1	Развитие направленности внимания на мышцы, участвующие в разных видах движения. Ролевая игра на уверенность.	Игра «Сломанная башня». Упражнения на осознание мышечных ощущений. Ролевая игра «Я могу».	Групповая, игровая, ролевая игра
10	Мышечные ощущения	1	Обучение ориентироваться в связи эмоционального состояния и физического.	Этюды на выражение эмоций через тело. Сравнение мышечных ощущений (напряжение-	Групповая, психогимнастика, этюды

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			Ролевая игра на уверенность.	расслабление). Ролевая игра «Я смелый».	
11	Произвольные движения	1	Развитие способности к подчинению правилам, умение контролировать своё поведение. Ролевая игра на уверенность.	Игровая панель «Дерево», графический диктант. Игры на развитие произвольной сферы. Ролевая игра «Я могу».	Индивидуальная, групповая, упражнение
Раздел 3. Развитие восприятия (занятия 12–14)					
12	Мир цвета	1	Развитие восприятия цвета, навыков сортировки, сравнения, выполнения по образцу. Снятие недоверия к себе.	Настенный модуль «Сравнение цветов», Набор Фребеля №11 «Цветные тела». Упражнение «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
13	Мир формы	1	Развитие восприятия формы, умения различать и называть геометрические фигуры. Снятие недоверия к себе.	Игры и упражнения на восприятие и различение формы предметов. Соотнесение предметов по форме. Упражнение «Комплименты».	Индивидуальная, групповая, игровая
14	Пространство отношений	1	Развитие восприятия пространственных отношений. Снятие недоверия к себе.	Определение местоположения предметов (над, под, слева, справа, около, спереди, сзади, рядом) на наглядном материале. Упражнения на снятие недоверия к себе.	Индивидуальная, групповая, практическая работа
Раздел 4. Развитие произвольности в эмоциональной сфере (занятия 15–18)					
15	Эмоции и тело	1	Развитие направленности внимания на испытываемые эмоциональные ощущения. Развитие чувствительности.	Элементы психогимнастики. Проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний. Упражнения на развитие	Групповая, психогимнастика, этюды

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				чувствительности (тактильные доски).	
16	Воспроизводим эмоции	1	Различение и сравнение эмоциональных ощущений, определение их характера. Развитие чувствительности.	Игры на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу. Упражнения на развитие чувствительности (температурные пробы).	Групповая, игровая, упражнение
17	Внимание к эмоциям	1	Умение направлять одновременно внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие эмоции.	Игры и упражнения на развитие умения направлять внимание на мышечные ощущения и экспрессивные движения.	Групповая, игровая, упражнение
18	Демонстрация эмоций	1	Умение выражать эмоции по данному образцу. Понимание и осознание своего эмоционального состояния.	Элементы психогимнастики. Проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний по образцу.	Групповая, психогимнастика, этюды
Раздел 5. Развитие познавательных процессов (занятия 19–23)					
19	Эмоции и логика	1	Развитие памяти и логического мышления. Умение направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения.	Игры и упражнения на формирование умений направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения.	Групповая, игровая, упражнение
20	Зрительное запоминание	1	Научить ребёнка идти в своих рассуждениях от эмоций к логике на наглядном материале. Нравственные представления.	Игры и упражнения направленные на научить ребёнка идти в рассуждениях от эмоций к логике на наглядном материале. Упражнения на формирование нравственных представлений.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
21	Осмысление чувств	1	Умение различать, сравнивать, определять характер эмоций (приятно, неприятно, беспокойно, удивительно, страшно и т.д.). Нравственные представления.	Игры и упражнения на умение различать, сравнивать, определять характер эмоций. Упражнения на формирование нравственных представлений.	Групповая, игровая, упражнение
22	Композиция и детали	1	Умение составлять композиции, видеть детали, сравнивать несколько предметов одного семейства (фрукты, овощи, цветы, деревья, животные, люди).	Игры и упражнения направленные на сравнение нескольких предметов одного семейства.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
23	Развитие внимания	1	Развитие устойчивости, переключаемости, распределения внимания.	Игры «Чем отличаются картинки друг от друга?», «Что здесь забыл нарисовать художник?», «Найди среди детей мальчика, который нарисован в верхней части таблицы».	Групповая, игровая, упражнение
Раздел 6. Развитие произвольности в сфере общения (занятия 24–26)					
24	Понимание чужих эмоций	1	Понимание и различение чужих эмоциональных состояний. Беседа о взрослых.	Игры и упражнения на формирование умений улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	Групповая, игровая, беседа
25	Учимся сопереживать	1	Обучение сопереживанию. Беседа о взрослых.	Игры и упражнения на формирование умений сопереживать. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	Групповая, игровая, беседа
26	Адекватные	1	Обучение отвечать	Игры и упражнения на формирование	Групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	чувства		адекватными чувствами.	умений отвечать адекватными чувствами.	игровая, упражнение
Раздел 7. Психогимнастика (занятия 27–29)					
27	Этюды эмоций	1	Развитие коммуникативных навыков, снятие напряжения. Развитие навыков сотрудничества.	Элементы психогимнастики. Проигрывание этюдов на выражение основных эмоций. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	Групповая, психогимнастика, этюды
28	Характер и эмоции	1	Снятие состояния эмоционального дискомфорта, создание ситуации успеха. Упражнение «Жил-был кот…».	Игры и упражнения на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу. Этюды на воспроизведение черт характера. Упражнение «Жил-был кот…».	Групповая, игровая, упражнение
29	Компенсаторные возможности	1	Развитие мышления. Овладение общими понятиями и мыслительными операциями. Понимание смысла обращённой речи.	Обучение составлению рассказа по серии картинок; установлению логических связей и отношений на наглядном и словесном материале.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
Раздел 8. Развитие произвольности в поведении и эмоциональной сферы (занятия 30–34)					
30	Цели и средства	1	Формирование умения определять конкретные цели своих поступков, искать и находить из множества вариантов средства достижения целей. Упражнение «Жил-был кот…».	Игры и упражнение на формирование умений определять конкретные цели своих поступков и находить средства достижения. Упражнение «Жил-был кот…».	Групповая, игровая, упражнение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
31	Предвидение результата	1	Умение предвидеть конечный результат своих действий и поступков. Рисунок «Наш класс».	Игры и упражнение на формирование умений искать и находить, выбирая из разных вариантов, средства достижения целей. Рисунок «Наш класс» (начало).	Групповая, игровая, упражнение, рисование
32	Ответственность	1	Формирование умений брать на себя ответственность. Проверять эффективность выбранных путей действиями, исправляя ошибки. Рисунок «Наш класс».	Игры и упражнение на формирование умений брать на себя ответственность. Рисунок «Наш класс» (продолжение).	Групповая, игровая, упражнение, рисование
33	Регуляция эмоций	1	Формирование умений проверять эффективность выбранных путей, предвидеть конечный результат своих действий и поступков.	Игры и упражнение на формирование умений проверять эффективность выбранных путей и предвидеть результат.	Групповая, игровая, упражнение
34	Театр и саморегуляция	1	Развитие саморегуляции. Проживание эмоционального образа.	Театрализация, использование наглядной основы, вербальных и невербальных средств общения. Моделирование ситуаций. Завершение рисунка «Наш класс».	Групповая, театрализация, рисование

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика моего «Я»

Цель: первичная психолого-педагогическая диагностика познавательной, эмоционально-личностной сферы, уровня произвольной регуляции; знакомство с базовыми эмоциями.

Задачи:

- оценить уровень развития памяти, внимания, мышления;
- выявить самооценку, тревожность, страхи;
- провести беседу об эмоциях;
- оценить уровень произвольной регуляции через графический диктант;
- познакомить ребёнка с процедурой обследования, снять напряжение.

Оборудование: бланки методик («Лесенка», «Страхи в домиках», «Запомни 10 слов», «Четвёртый лишний»), карточки с пиктограммами эмоций, бланк для графического диктанта, цветные карандаши, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать, рисовать и управлять собой». Используется жестовая речь, улыбка, спокойный голос.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. «Четвёртый лишний» – предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет (жестами/словами). 3. «Лесенка» – ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 4. «Страхи в домиках» – ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. 5. «Графический диктант» – ребёнок рисует узор по инструкции психолога (оценка произвольной регуляции). 6. Беседа об эмоциях – показываем пиктограммы, ребёнок называет/показывает эмоцию, рассказывает, когда он так себя чувствовал.
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» – дыхательное упражнение. Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Играем и адаптируемся

Цель: наблюдение за адаптационными возможностями, коммуникативными навыками и произвольной регуляцией в групповой игре.

Задачи:

- оценить умение действовать по инструкции, соблюдать очерёдность;
- выявить уровень взаимодействия со сверстниками;
- зафиксировать эмоциональные реакции на успех/неудачу;
- продолжить знакомство с эмоциями через игру.

Оборудование: мяч, набор игрушек, карточки с пиктограммами эмоций, листы наблюдения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Групповое приветствие, игра «Назови имя с эмоцией» – дети по кругу называют себя и показывают выбранную эмоцию (с использованием пиктограмм).
Основная часть	1. Игровая ситуация «Знакомство заново» – каждый ребёнок рассказывает о себе с помощью жестов и слов. 2. «Передай мяч с эмоцией» – передача мяча по кругу, каждый показывает эмоцию (радость, грусть, удивление) и передаёт мяч дальше. 3. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, дети запоминают, затем отворачиваются, психолог меняет местами 1–2 предмета, дети находят изменения.
Заключительная часть	Совместное выполнение инструкции «Сделай как я» – психолог показывает последовательность движений, дети повторяют. Беседа о настроении, прощание.

Занятие № 3. Мы вместе – мы команда

Цель: диагностика межличностных отношений, уровня сплочённости и способности к совместной деятельности.

Задачи:

- выявить социометрический статус каждого ребёнка в группе;
- оценить умение договариваться и распределять роли;
- определить зоны ближайшего развития в коммуникативной сфере.

Оборудование: конструктор (кубики, детали), листы для коллективного рисунка, фломастеры, бланки социометрии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на совместную работу.
Основная часть	1. «Построй башню» – дети делятся на пары/тройки, строят башню из кубиков, наблюдение за взаимодействием. 2. «Рисунок по кругу» – каждый ребёнок рисует элемент

Этап	Содержание
	на общем листе по очереди, затем обсуждают, что получилось. 3. Социометрическая проба – дети выбирают, с кем хотели бы сидеть за партой, играть и т.д. (используются карточки с именами/фото).
Заключительная часть	Обсуждение: «Что было легко? Что трудно?». Похвала за командную работу.

Занятие № 4. Познаём себя в классе

Цель: завершение диагностического этапа, уточнение индивидуальных маршрутов коррекции.

Задачи:

- провести дополнительные пробы по вниманию и мышлению;
- выявить уровень произвольной регуляции через корректурную пробу;
- обсудить с ребёнком его впечатления от первых занятий.

Оборудование: корректурные бланки (фигурный вариант), карточки для «Продолжи ряд», бланки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание доверительной обстановки.
Основная часть	1. Корректурная проба (фигурный вариант) – на листе с фигурами дети вычёркивают определённую фигуру (например, все треугольники) за 3 минуты. 2. «Продолжи ряд» – ребёнку предлагаются ряды с закономерностями (цвет, форма, размер), нужно продолжить. 3. Беседа о впечатлениях – «Что тебе понравилось на занятиях? Что запомнилось? Что было новым?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое у тебя настроение?» (выбор пиктограммы). Прощание.

Занятие № 5. Зоркий взгляд

Цель: развитие зрительного восприятия, лидерских качеств и командного взаимодействия. Преодоление страхов.

Задачи:

- развивать зрительное восприятие, внимание, наблюдательность;
- формировать навыки работы в команде;
- снизить уровень страха через упражнение «Я сильнее своего страха».

Оборудование: комплект для развития лидерских качеств (карточки с заданиями), картинки для сравнения, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Зоркий глаз» – найти предметы в комнате по описанию.
Основная часть	1. Игры на зрительное восприятие – «Чем отличаются картинки?», «Найди спрятанные предметы». 2. Командная работа – дети делятся на команды, выполняют задания на внимание и наблюдательность. 3. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха» – дыхательное упражнение с проговариванием.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня смог увидеть нового?».

Занятие № 6. Чувствую и слышу

Цель: развитие глазомера, функции равновесия, точных движений, тактильно-вибрационных ощущений.

Задачи:

- развивать точность движений через практические задания;
- тренировать тактильно-вибрационное восприятие;
- развивать умение определять источник звука по вибрации.

Оборудование: весовой набор, шумовой набор (барабан, дудочка, свирель), предметы разного веса.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Точные движения» – повторение движений за психологом.
Основная часть	1. Весовой набор – дети сравнивают предметы по весу (тяжёлый-лёгкий), определяют равенство. 2. Шумовой набор – определение источника звука по вибрации (барабан, дудочка, свирель). 3. Задания на равновесие – ходьба по линии, стояние на одной ноге.
Заключительная	Рефлексия: «Что тебе было легче – определять звук или

Этап	Содержание
часть	вес?».

Занятие № 7. Держи равновесие

Цель: мозжечковая стимуляция. Развитие функции равновесия и стратегического мышления.

Задачи:

- развивать чувство равновесия через упражнения на балансировочной доске;
- тренировать стратегическое мышление через настольную игру;
- развивать координацию движений.

Оборудование: балансировочная доска, настольная игра «Балансир».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Стойкий оловянный солдатик» (стояние на одной ноге).
Основная часть	1. Балансировочная доска – стояние на доске с открытыми и закрытыми глазами, с заданиями (поймать мяч). 2. Настольная игра «Балансир» – игроки по очереди ставят фигурки на балансир, стараясь не уронить. 3. Упражнения на координацию – «Попробуй удержать равновесие и выполнить задание».
Заключительная часть	Рефлексия: «Было трудно удержать равновесие? Что помогало?».

Занятие № 8. Пространство и время

Цель: формирование умения ориентироваться в пространстве и времени. Преодоление страхов.

Задачи:

- учить определять местоположение предметов в пространстве;
- развивать временные представления (части суток, времена года);
- снижать уровень страха через упражнение.

Оборудование: карточки с планами, часы, макет комнаты, фигурки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Где находится?» (вверху, внизу, слева, справа).
Основная часть	1. Игра «Слепой и поводырь» – один ребёнок с закрытыми глазами идёт по комнате, другой направляет его словесно и жестами. 2. «Найди на плане» – работа с планом комнаты/класса, определение местоположения предметов. 3. Определение времени – части суток, времена года (с опорой на картинки). 4. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха» – коллективное проговаривание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было трудно найти на плане?».

Занятие № 9. Мышечное внимание

Цель: развитие направленности внимания на мышцы, участвующие в разных видах движения. Ролевая игра на уверенность.

Задачи:

- учить осознавать мышечные ощущения при разных движениях;
- развивать произвольное внимание к своему телу;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я могу».

Оборудование: карточки с движениями, мяч, музыкальное сопровождение.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Почувствуй мышцы» – напряжение и расслабление разных групп мышц.
Основная часть	1. Игра «Сломанная башня» – дети изображают башню, которая медленно «ломается» – контроль мышц и расслабление. 2. Упражнение на осознание мышечных ощущений – «Какие мышцы работают, когда ты: бежишь, сидишь, пишешь?». 3. Ролевая игра «Я могу» – каждый ребёнок показывает движение или действие, которое он может выполнять хорошо, группа аплодирует.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие мышцы ты сегодня почувствовал?».

Занятие № 10. Мышечные ощущения

Цель: обучение ориентироваться в связи эмоционального состояния и физического. Ролевая игра на уверенность.

Задачи:

- учить различать и сравнивать мышечные ощущения (напряжение-расслабление, тяжесть-лёгкость);
- развивать умение определять характер ощущений;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я смелый».

Оборудование: коврики для релаксации, карточки с эмоциями, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи, как ты…» (устал, бодр, грустен).
Основная часть	1. Этюды на выражение эмоций через тело – «Покажи радость», «Покажи грусть», «Покажи страх» с использованием всего тела. 2. Сравнение мышечных ощущений – «Что ты чувствуешь, когда: злишься, радуешься?». 3. Ролевая игра «Я смелый» – дети проигрывают ситуации, требующие смелости (например, сказать «нет», защитить друга).
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение: «Как эмоции связаны с телом?».

Занятие № 11. Произвольные движения

Цель: развитие способности к подчинению правилам, умение контролировать своё поведение. Ролевая игра на уверенность.

Задачи:

- формировать умение действовать по правилу и образцу;
- развивать самоконтроль через игровые задания;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я могу».

Оборудование: игровая панель «Дерево», бланки для графического диктанта, карточки с правилами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Слушай сигнал» – разные сигналы – разные действия.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Игровая панель «Дерево» – выполнение заданий по правилам (собрать фрукты по цвету, по форме). 2. Графический диктант – рисование по клеточкам по инструкции психолога. 3. Игры на развитие произвольной сферы – «Да и нет», «Четыре стихии». 4. Ролевая игра «Я могу» – дети показывают, как они могут сдерживаться, ждать, не перебивать.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогло выполнить задание точно?».

Занятие № 12. Мир цвета

Цель: развитие восприятия цвета, навыков сортировки, сравнения, выполнения по образцу. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- развивать способность соотносить, различать, называть основные цвета и оттенки;
- тренировать мелкую моторику;
- формировать позитивную самооценку через упражнение «Мои сильные стороны».

Оборудование: настенный модуль «Сравнение цветов», Набор Фребеля №11 «Цветные тела», цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови цвет» – показываем предметы, дети называют цвет.
Основная часть	1. Настенный модуль «Сравнение цветов» – сортировка цветных тел по цвету, выполнение по образцу. 2. Набор Фребеля «Цветные тела» – конструирование по образцу, описание цветов. 3. Упражнение «Мои сильные стороны» – каждый ребёнок называет, что у него хорошо получается, остальные дополняют.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой цвет тебе сегодня понравился больше всего?».

Занятие № 13. Мир формы

Цель: развитие восприятия формы, умения различать и называть геометрические фигуры. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- учить соотносить предметы по форме;
- различать и называть геометрические фигуры;
- формировать умение принимать комплименты.

Оборудование: набор геометрических фигур, карточки с предметами разной формы, раздаточный материал.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Найди форму» – психолог показывает предмет, дети находят соответствующую геометрическую фигуру.
Основная часть	1. Игры и упражнения на восприятие и различение формы предметов – «Что похоже на круг?», «Что похоже на квадрат?». 2. Соотнесение предметов по форме – группировка карточек по форме. 3. Упражнение «Комплименты» – дети по кругу говорят друг другу добрые слова.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая геометрическая фигура тебе знакома лучше всего?».

Занятие № 14. Пространство отношений

Цель: развитие восприятия пространственных отношений. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- учить определять местоположение предметов в пространстве;
- понимать пространственные предлоги и наречия;
- формировать веру в свои силы через упражнения.

Оборудование: макет комнаты, фигурки, карточки с заданиями на ориентировку.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Где стоит?» – показываем предмет, дети называют его положение.
Основная часть	1. Определение местоположения предметов (над, под, слева, справа, около, спереди, сзади, рядом) на наглядном материале. 2. Расстановка фигурок по инструкции – «Поставь куклу

Этап	Содержание
	справа от стула». 3. Упражнения на снятие недоверия к себе – «Волшебный стул» (ребёнок садится, остальные говорят о его достоинствах).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое положение в пространстве было самым трудным?».

Занятие № 15. Эмоции и тело

Цель: развитие направленности внимания на испытываемые эмоциональные ощущения. Развитие чувствительности.

Задачи:

- учить осознавать связь эмоций и телесных ощущений;
- развивать чувствительность к своим эмоциям;
- тренировать тактильное восприятие.

Оборудование: элементы психогимнастики, тактильные доски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Как я себя чувствую?» – показ эмоции через тело.
Основная часть	1. Элементы психогимнастики – проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний (радость, грусть, страх, гнев). 2. Упражнения на развитие чувствительности – тактильные доски (гладкая, шершавая, холодная). 3. Обсуждение – «Когда ты злишься, что чувствует твоё тело?», «Когда ты радуешься?».
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение.

Занятие № 16. Воспроизводим эмоции

Цель: различение и сравнение эмоциональных ощущений, определение их характера. Развитие чувствительности.

Задачи:

- учить произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по образцу;
- развивать умение определять характер эмоций;
- продолжать развитие чувствительности.

Оборудование: карточки с пиктограммами эмоций, ёмкости с водой разной температуры, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи эмоцию» (по карточке).
Основная часть	1. Игры на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу – «Сделай такое же лицо». 2. Определение характера эмоций – «Эта эмоция приятная или неприятная? Беспокойная или спокойная?». 3. Упражнения на развитие чувствительности – температурные пробы (определение температуры воды на ощупь).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какую эмоцию тебе легче всего показать?».

Занятие № 17. Внимание к эмоциям

Цель: умение направлять одновременно внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие эмоции.

Задачи:

- развивать умение наблюдать за собой и другими;
- учить замечать внешние проявления эмоций;
- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с ситуациями, зеркало, картинки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Угадай эмоцию» (по движению тела).
Основная часть	1. Игры и упражнения на развитие умения направлять внимание на мышечные ощущения и экспрессивные движения – «Покажи радость всем телом». 2. Наблюдение за другими – «Как ты понял, что друг грустит?». 3. Самонаблюдение в зеркале – «Что делает твоё лицо, когда ты злишься?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты заметил в своих эмоциях?».

Занятие № 18. Демонстрация эмоций

Цель: умение выражать эмоции по данному образцу. Понимание и осознание своего эмоционального состояния.

Задачи:

- учить демонстрировать эмоции по образцу;
- развивать осознанность своих эмоций;
- тренировать самоконтроль.

Оборудование: элементы психогимнастики, карточки с образцами эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи, что я покажу» – дети повторяют эмоцию за психологом.
Основная часть	1. Элементы психогимнастики – проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний по образцу. 2. Обсуждение – «Какие эмоции тебе легко показывать? Какие трудно?». 3. Игра «Зеркало» – один показывает эмоцию, другой повторяет.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты чувствовал, когда показывал разные эмоции?».

Занятие № 19. Эмоции и логика

Цель: развитие памяти и логического мышления. Умение направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения.

Задачи:

- тренировать память через запоминание с эмоциональной окраской;
- развивать логическое мышление;
- учить связывать эмоции с запоминанием.

Оборудование: карточки с картинками, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Запомни слово и эмоцию» – психолог называет слово с эмоцией (радостный кот, грустное дерево).
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения – «Какое чувство вызывает этот предмет?».

Этап	Содержание
	2. Запоминание с эмоциональной окраской – «Запомни картинки, представь, какие чувства они вызывают». 3. Логические задания – «Что лишнее? Почему?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что запомнилось лучше – картинки или чувства от них?».

Занятие № 20. Зрительное запоминание

Цель: научить ребёнка идти в своих рассуждениях от эмоций к логике на наглядном материале. Нравственные представления.

Задачи:

- тренировать зрительную память через эмоционально окрашенные образы;
- развивать логическое мышление от эмоций к логике;
- формировать нравственные представления.

Оборудование: картинки с сюжетами, карточки для запоминания.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что я вижу?» – описание картинки с чувствами.
Основная часть	1. Игры и упражнения направленные на научить ребёнка идти в рассуждениях от эмоций к логике на наглядном материале – «Сначала расскажи, что чувствуешь, потом объясни почему». 2. Запоминание сюжетных картинок с последующим воспроизведением. 3. Упражнения на формирование нравственных представлений – «Как поступить правильно?», «Что такое доброта?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легче – запомнить или объяснить?».

Занятие № 21. Осмысление чувств

Цель: умение различать, сравнивать, определять характер эмоций. Нравственные представления.

Задачи:

- учить различать и называть эмоции и их оттенки;
- развивать умение сравнивать эмоции;

- формировать нравственные представления через обсуждение.

Оборудование: карточки с пиктограммами эмоций, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови чувство» – показываем ситуацию, дети называют чувство.
Основная часть	1. Игры и упражнения на умение различать, сравнивать, определять характер эмоций (приятно, неприятно, беспокойно, удивительно, страшно и т.д.). 2. Сравнение эмоций – «Чем похожи радость и удивление? Чем отличаются?». 3. Упражнения на формирование нравственных представлений – разбор ситуаций морального выбора.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое чувство тебе сложнее всего различать?».

Занятие № 22. Композиция и детали

Цель: умение составлять композиции, видеть детали, сравнивать несколько предметов одного семейства.

Задачи:

- учить видеть детали в изображении;
- развивать умение сравнивать предметы одного семейства;
- тренировать восприятие и внимание.

Оборудование: картинки с предметами одного семейства (фрукты, овощи, животные), разрезные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Найди отличие» между двумя похожими предметами.
Основная часть	1. Игры и упражнения, направленные на сравнение нескольких предметов одного семейства (фрукты, овощи, цветы, деревья, животные, люди). 2. Составление композиции из частей – складывание разрезной картинки. 3. Нахождение деталей – «Что художник забыл нарисовать?».

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было трудно найти в картинке?».

Занятие № 23. Развитие внимания

Цель: развитие устойчивости, переключаемости, распределения внимания.

Задачи:

- тренировать устойчивость внимания через длительные задания;
- развивать переключаемость с одного вида деятельности на другой;
- учить распределять внимание между несколькими объектами.

Оборудование: картинки для сравнения, таблицы для поиска, раздаточный материал.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что изменилось?» (с 7–8 предметами).
Основная часть	1. Игры «Чем отличаются картинки друг от друга?» – нахождение отличий в сложных картинках. 2. «Что здесь забыл нарисовать художник?» – нахождение недостающих деталей. 3. «Найди среди детей мальчика, который нарисован в верхней части таблицы» – работа с таблицами. 4. Корректурная проба (упрощённый вариант) – вычёркивание заданной фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогало быть внимательным?».

Занятие № 24. Понимание чужих эмоций

Цель: понимание и различение чужих эмоциональных состояний. Беседа о взрослых.

Задачи:

- учить улавливать и понимать чужие эмоциональные состояния;
- развивать эмпатию;
- обсуждать качества взрослых и свои.

Оборудование: карточки с ситуациями, картинки с лицами, иллюстрации взрослых.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Какое настроение?» – показываем лицо, дети угадывают.
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния – «Что чувствует этот человек?». 2. Разбор ситуаций – «Как ты думаешь, почему он грустит? Что ему сказать?». 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение положительных качеств взрослых и своих.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о чувствах других людей?».

Занятие № 25. Учимся сопереживать

Цель: обучение сопереживанию, развитие эмпатии. Беседа о взрослых.

Задачи:

- учить понимать и чувствовать состояние другого человека;
- развивать умение выражать сочувствие;
- продолжать формирование нравственных представлений через беседу.

Оборудование: карточки с ситуациями, иллюстрации эмоций, мягкая игрушка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи, как ты жалеешь» – дети показывают жестами и мимикой, как они утешают другого.
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений сопереживать – «Что ты чувствуешь, когда твой друг плачет?», «Как ты можешь помочь?». 2. Разбор ситуаций – «Мальчик упал и ушиб коленку. Что ты сделаешь?», «Девочка потеряла игрушку. Как ты её утешишь?». 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение, как взрослые проявляют заботу и сочувствие, как дети могут быть похожи на них.
Заключительная часть	Рефлексия: «Когда ты сегодня чувствовал сочувствие к кому-то?».

Занятие № 26. Адекватные чувства

Цель: обучение отвечать адекватными чувствами на эмоциональные состояния других людей.

Задачи:

- учить подбирать правильные слова и действия в ответ на эмоции других;
- развивать социальную компетентность;
- закреплять навыки общения.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы эмоций, куклы для театрализации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что сказать?» – показываем ситуацию, дети подбирают слова.
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений отвечать адекватными чувствами – «Кто-то грустит – что сказать?», «Кто-то злится – что сделать?». 2. Проигрывание ситуаций с куклами – дети разыгрывают диалоги, выбирая правильные слова. 3. Обсуждение – «Почему важно отвечать правильно на чувства других?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие чувства тебе легче всего понимать?».

Занятие № 27. Этюды эмоций

Цель: развитие коммуникативных навыков, снятие напряжения. Развитие навыков сотрудничества.

Задачи:

- учить выражать основные эмоции через мимику, жесты и тело;
- снимать мышечное и эмоциональное напряжение;
- развивать навыки работы в группе.

Оборудование: карточки с эмоциями, музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разогрев «Передай улыбку» – дети по кругу передают улыбку и добрый взгляд.
Основная часть	1. Элементы психогимнастики – проигрывание этюдов на выражение основных эмоций (радость, грусть, страх, гнев, удивление). 2. Игры на выражение эмоций – «Крокодил» (эмоциональный вариант), «Зеркало».

Этап	Содержание
	3. Релаксация «Путешествие в страну эмоций» – визуализация с музыкой. 4. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение того, как взрослые выражают свои эмоции.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какую эмоцию тебе было легче всего показать?».

Занятие № 28. Характер и эмоции

Цель: снятие состояния эмоционального дискомфорта, создание ситуации успеха. Упражнение «Жил-был кот…».

Задачи:

- учить соотносить эмоции и черты характера;
- развивать умение произвольно демонстрировать эмоции по образцу;
- формировать навык самоанализа через упражнение «Жил-был кот…».

Оборудование: карточки с чертами характера, пиктограммы эмоций, игрушечный кот.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Какой я?» – дети выбирают карточку с чертой характера и показывают её.
Основная часть	1. Игры и упражнения на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу – «Покажи доброго человека», «Покажи злого». 2. Этюды на воспроизведение черт характера – «Скупой рыцарь», «Щедрый принц», «Трусливый заяц», «Смелый воин». 3. Упражнение «Жил-был кот…» – психолог начинает историю о коте, у которого были разные черты характера. Дети продолжают, обсуждают, какие черты характера помогают, а какие мешают.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая черта характера тебе нравится в себе?».

Занятие № 29. Компенсаторные возможности

Цель: развитие мышления. Овладение общими понятиями и мыслительными операциями. Понимание смысла обращённой речи.

Задачи:

- учить составлять рассказ по серии картинок;
- развивать умение устанавливать логические связи и отношения;
- формировать обобщающие понятия.

Оборудование: серии сюжетных картинок (3–4 картины), карточки с обобщающими словами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что сначала, что потом?» – разложить картинки по порядку.
Основная часть	1. Обучение составлению рассказа по серии картинок – дети раскладывают картинки в правильной последовательности и составляют рассказ (с использованием жестов и слов). 2. Установление логических связей и отношений на наглядном и словесном материале – «Почему это произошло? Что будет дальше?». 3. Овладение общими понятиями – «Назови одним словом», «Что лишнее?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой рассказ тебе понравился больше всего?».

Занятие № 30. Цели и средства

Цель: формирование умения определять конкретные цели своих поступков, искать и находить из множества вариантов средства достижения целей. Упражнение «Жил-был кот…».

Задачи:

- учить ставить цели и находить способы их достижения;
- развивать планирующую функцию мышления;
- формировать навык самоанализа через упражнение «Жил-был кот…».

Оборудование: карточки с ситуациями, игровое поле, фишки, игрушечный кот.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что я хочу сделать?» – дети называют цель.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений определять конкретные цели своих поступков и находить средства достижения – «Как получить игрушку?», «Как помириться с другом?». 2. Моделирование ситуаций – дети разыгрывают ситуации, где нужно выбрать правильный путь

Этап	Содержание
	достижения цели. 3. Упражнение «Жил-был кот…» – продолжение истории: кот ставит перед собой цель и ищет способы её достижения. Дети обсуждают, какой способ был лучшим.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая цель была самой важной для кота?».

Занятие № 31. Предвидение результата

Цель: умение предвидеть конечный результат своих действий и поступков. Рисунок «Наш класс».

Задачи:

- учить прогнозировать последствия своих действий;
- развивать мышление, воображение;
- начать коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: карточки с ситуациями, ватман, краски, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что будет, если…?» – дети прогнозируют результаты.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений искать и находить, выбирая из разных вариантов, средства достижения целей – «Подумай, что произойдёт». 2. Разбор ситуаций – «Что будет, если я возьму чужую вещь?», «Что будет, если я помогу другу?». 3. Рисунок «Наш класс» (начало) – на большом листе ватмана дети начинают рисовать свой класс, обсуждают, кого и что они хотят изобразить.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты представляешь, когда думаешь о результате?».

Занятие № 32. Ответственность

Цель: формирование умений брать на себя ответственность. Проверять эффективность выбранных путей действиями, исправляя ошибки. Рисунок «Наш класс».

Задачи:

- учить брать ответственность за свои решения и действия;
- развивать умение анализировать ошибки и исправлять их;

- продолжать коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: карточки с ситуациями, ватман, краски, карандаши (продолжение рисунка).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Кто ответственный?» – обсуждение, что значит быть ответственным.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений брать на себя ответственность – «Я отвечаю за…», «Я решил, и я сделаю». 2. Моделирование ситуаций, где нужно признать ошибку и исправить её. 3. Рисунок «Наш класс» (продолжение) – дети добавляют новые детали, обсуждают, кто за что отвечает в классе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Когда ты сегодня чувствовал ответственность?».

Занятие № 33. Регуляция эмоций

Цель: формирование умений проверять эффективность выбранных путей, предвидеть конечный результат своих действий и поступков.

Задачи:

- учить оценивать эффективность своих действий;
- развивать навык предвидения результата;
- закреплять навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы эмоций, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что получилось?» – дети анализируют свои действия.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений проверять эффективность выбранных путей и предвидеть результат – «Какой способ лучше?», «Что будет, если я так сделаю?». 2. Разбор ситуаций с эмоциональной регуляцией – «Как успокоиться, если не получилось?», «Что сделать, чтобы получилось в следующий раз?». 3. Этюды на саморегуляцию – «Успокойся», «Возьми себя в руки».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе успокоиться?».

Занятие № 34. Театр и саморегуляция

Цель: развитие саморегуляции. Проживание эмоционального образа.

Задачи:

- развивать навыки саморегуляции через театрализацию;
- учить проживать и выражать эмоциональные образы;
- завершить коллективный рисунок «Наш класс» и подвести итоги года.

Оборудование: элементы костюмов, маски, карточки с ролями, ватман с начатым рисунком, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Мы артисты» – настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Театрализация – разыгрывание сценок из школьной жизни с использованием наглядной основы, вербальных и невербальных средств общения. 2. Моделирование ситуаций – дети проживают разные эмоциональные состояния, учатся их регулировать. 3. Завершение коллективного рисунка «Наш класс» – добавление последних деталей, подписывание имён, обсуждение. 4. Обсуждение итогов года – «Что тебе запомнилось?», «Чему ты научился?», «Что тебе теперь легче?».
Заключительная часть	Общее фото с рисунком, прощание, пожелание добрых слов на лето.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

4 (2) класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 4 класса **пролонгированного обучения** (второй год в 4 классе) МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий, IV класс (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002);
- Программы М.В. Евлампиевой, Т.Н. Ланиной, М.В. Черенкова. Курс занятий с детьми 5–10 лет.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 4 класса **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха**, находящимся на **пролонгированном этапе обучения**. Дети, обучающиеся в 4 классе второй год, уже имеют сформированную базу для дальнейшего развития. Программа учитывает их потенциал и зону ближайшего развития, обеспечивая преемственность и постепенное усложнение материала.

Четвёртый год обучения (пролонгированный) является важным этапом закрепления и систематизации полученных знаний, развития навыков саморегуляции, эмоциональной зрелости и социальной компетентности, необходимых для успешного перехода в основную школу.

Актуальность программы

Для детей с комплексными нарушениями развития пролонгированное обучение в 4 классе создаёт дополнительные возможности для закрепления навыков, восполнения пробелов и постепенного перехода к более сложным формам деятельности. В возрасте 10–12 лет у глухих детей с комплексными нарушениями происходит активное формирование произвольной регуляции поведения, осознание социальных норм, развитие рефлексии и самосознания.

Программа направлена на **усложнение и углубление** уже освоенных навыков: развитие основных видов чувствительности с переходом на уровень анализа и синтеза ощущений; развитие произвольности психических процессов с акцентом на самоконтроль и саморегуляцию; формирование более сложных логических операций; развитие эмоционального интеллекта через анализ ситуаций и прогнозирование последствий.

Цель программы

Развитие основных видов чувствительности; повышение способности к произвольной психической саморегуляции и самоконтролю; развитие познавательных процессов и эмоциональной сферы у обучающихся 4 класса с комплексными нарушениями слуха.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–4):

1. Выявление актуального уровня развития познавательной сферы (внимания, памяти, мышления), сенсорного восприятия, произвольного поведения и самоконтроля.
2. Оценка степени адаптированности четвероклассников к учебной деятельности, готовности к переходу в основную школу.
3. Определение зон ближайшего развития и индивидуальных коррекционно-развивающих маршрутов.
4. Диагностика эмоционального состояния, уровня самооценки, коммуникативных навыков.
5. Проведение беседы об эмоциях для актуализации знаний о базовых эмоциональных состояниях и их социальных проявлениях.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 5–34):

1. **Сенсорное развитие:** развитие зрительного восприятия, глазомера, функции равновесия, точных движений, тактильно-вибрационных ощущений; формирование умения ориентироваться в пространстве и времени; развитие способности соотносить, различать и называть основные цвета и геометрические фигуры.
2. **Развитие произвольности в двигательной сфере:** формирование умения произвольно направлять внимание на мышцы, различать и сравнивать мышечные ощущения, менять характер движений, контролируя свои ощущения.

3. **Развитие произвольности в эмоциональной сфере:** формирование умения направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения, различать и определять характер эмоций, произвольно демонстрировать эмоции по заданному образцу.
4. **Развитие произвольности в сфере общения:** формирование умения улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, сопереживать, отвечать адекватными чувствами.
5. **Развитие произвольности в поведении:** формирование умения определять конкретные цели своих поступков, искать и выбирать средства достижения этих целей, проверять эффективность выбранных путей, предвидеть конечный результат, брать на себя ответственность.
6. **Развитие познавательных процессов:** развитие памяти, внимания, мышления; формирование умения составлять простые рассказы по серии картинок, устанавливать логические связи и отношения на наглядном и словесном материале.
7. **Развитие эмоциональной сферы:** обучение активным мимическим и пантомимическим проявлениям чувств, обучение элементам саморегуляции, снятие мышечных и эмоциональных «зажимов».

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа — получение полных данных об уровне развития каждого ребёнка, определение индивидуальных маршрутов коррекции, оценка готовности к переходу в основную школу.

Выпускник научится:

- выполнять точные движения, определять предметы на ощупь, конструировать объекты из деталей, определять местоположение предметов;
- соотносить, различать, называть основные цвета, соотносить предметы по форме, различать и называть геометрические фигуры;
- концентрировать внимание на соответствующих объектах, переключать, распределять, сосредоточивать внимание;
- составлять простые рассказы по серии картинок;
- различать и сравнивать мышечные ощущения;
- различать, сравнивать, определять характер эмоциональных ощущений;
- произвольно и подражательно воспроизводить или демонстрировать эмоции по заданному образцу;
- снимать мышечные, эмоциональные «зажимы» с помощью мимики, пантомимы;
- оречевлять свои действия.

Выпускник получит возможность научиться:

- активно использовать зрительное восприятие в жизни;
- определять конкретные цели своих поступков, искать и находить из предложенных вариантов достижения этих целей, брать на себя ответственность;
- определять характер мышечных ощущений;
- осмыслять эмоциональный образ предмета;
- улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, умение сопереживать;
- соотносить поведение с чертами характера;
- менять характер движений при контроле своих ощущений, направлять внимание на мышцы.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
  - Занятие 1 — первичная психолого-педагогическая диагностика (индивидуальное обследование) с включением беседы об эмоциях;
  - Занятия 2–3 — **наблюдение за процессом адаптации** четвероклассников в режиме группового взаимодействия (игровые ситуации, совместная деятельность, выполнение инструкций);
  - Занятие 4 — диагностика после адаптационного периода, уточнение индивидуальных маршрутов.
- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития сенсорной, познавательной, коммуникативной и эмоционально-личностной сфер каждого ребёнка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. Развитие основных видов чувствительности (занятия 5–8).
2. Развитие произвольности в двигательной сфере (занятия 9–11).
3. Развитие восприятия (занятия 12–14).
4. Развитие произвольности в эмоциональной сфере (занятия 15–18).
5. Развитие познавательных процессов (занятия 19–23) — память, внимание, мышление.
6. Развитие произвольности в сфере общения (занятия 24–26).
7. Цикл тренинговых игровых занятий по психогимнастике (занятия 27–29).
8. Развитие произвольности в поведении и эмоциональной сферы (занятия 30–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- сенсорно-перцептивные упражнения (тактильные, вибрационные, зрительные);
- дидактические игры (классификация, обобщение, лото, мемо);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- упражнения на развитие познавательных процессов;
- работа по таблицам, схемам, раздаточному материалу;
- релаксационные упражнения;
- ролевые игры;
- беседы, моделирование и анализ ситуаций;

- театрализация;
- графические диктанты.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023. — 235 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание для групп повышенного развития. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д. Наглядный материал для психолого-педагогического обследования детей в медико-педагогических комиссиях. — Киев, 1988.
6. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми : сборник. — М., 1998.
12. Психология глухих детей / Под ред. И.М. Соловьева и др. — М., 1970.
13. Реан, А. А., Кастромина, С. Н. Как подготовить ребенка к школе. — СПб. : Питер, 1998.
14. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
15. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
16. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
17. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
18. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.

19. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
20. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
21. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
22. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
23. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
24. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
25. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация – замена букв на геометрические фигуры)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий» (серии сюжетных картинок)	А.Н. Бернштейн (адаптация – 3–4 картинки)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд» (закономерности из фигур, символов)	А.З. Зак (адаптация – использование наглядных рядов)	Выявление способности выявлять закономерности
Зрительно-	«Домик»	Н.И. Гуткина	Оценка произвольной

Сфера	Методика	Источник	Цель
моторная координация	(срисовывание сложной фигуры)		регуляции, зрительно-пространственной координации
Пространственные представления	Проба на понимание предлогов и ориентировку («Графический диктант»)	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (адаптация)	Определение уровня сформированности пространственных представлений
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур (адаптация – наглядная 7-ступенчатая лестница)	Исследование уровня самооценки
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации (с наглядными опорами)	Н.Г. Лусканова (модификация)	Определение доминирующего типа мотивации
Эмоциональная сфера	1. «Эмоциональные лица» 2. «Страхи в домиках» 3. Цветовой тест Люшера	1. Н.Я. Семаго, М.М. Семаго 2. А.И. Захаров, М.А. Панфилова 3. Классическая методика	Диагностика распознавания базовых эмоций, выявление страхов и тревожности
Произвольность	«Графический диктант», «Да и нет»	Адаптированные методики	Оценка уровня развития произвольной регуляции и самоконтроля
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго (критерии адаптированности)	Оценка успешности школьной адаптации

Тематическое планирование

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	Диагностика моего «Я»	1	Выявление уровня развития познавательной сферы (память, внимание, мышление), сенсорного восприятия, самооценки, эмоционального состояния, уровня произвольной регуляции. Беседа об эмоциях.	Индивидуальные методики: «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка», «Страхи в домиках», «Графический диктант». Беседа «Какие эмоции я знаю?», «Что я чувствую в школе?». Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, беседа, рисование
2	Играем и адаптируемся	1	Оценка адаптированности к учебной деятельности, уровня коммуникативных навыков, умения действовать в группе, соблюдать правила.	Игровые ситуации («Знакомство заново», «Передай мяч с эмоцией»). Совместное выполнение инструкций, наблюдение за поведением.	Групповая, игровая, наблюдение
3	Мы вместе – мы команда	1	Выявление признаков школьной дезадаптации, определение зон ближайшего развития, изучение межличностных отношений, уровня готовности к переходу в основную школу.	Коллективные игры («Построй башню», «Рисунок по кругу»). Выполнение групповых заданий с распределением ролей. Социометрическая проба.	Групповая, коллективная, игровая
4	Познаём себя в классе	1	Завершение сбора диагностических данных, уточнение индивидуальных коррекционных маршрутов,	Дополнительные диагностические пробы (корректурная проба, «Продолжи ряд»). Беседа о впечатлениях от начала учебного	Индивидуальная, беседа, наблюдение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			анализ динамики, оценка произвольной регуляции.	года. Самооценка.	
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					
Раздел 1. Развитие основных видов чувствительности (занятия 5–8)					
5	Зоркий взгляд	1	Развитие зрительного восприятия, лидерских качеств и командного взаимодействия. Преодоление страхов.	Комплект для развития лидерских качеств. Игры на зрительное восприятие. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха».	Групповая, игровая, командная работа
6	Чувствую и слышу	1	Развитие глазомера, функции равновесия, точных движений, тактильно-вибрационных ощущений.	Весовой набор, шумовой набор, задания на равновесие. Определение источника звука по вибрации.	Индивидуальная, групповая, сенсорная игра
7	Держи равновесие	1	Мозжечковая стимуляция. Развитие функции равновесия и стратегического мышления.	Балансировочная доска. Настольная игра «Балансир».	Индивидуальная, групповая, игровая
8	Пространство и время	1	Умение ориентироваться в пространстве и времени. Преодоление страхов.	Игры «Слепой и поводырь», «Найди на плане». Определение времени по часам, частей суток. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха».	Групповая, игровая, упражнение
Раздел 2. Развитие произвольности в двигательной сфере (занятия 9–11)					
9	Мышечное внимание	1	Развитие направленности внимания на мышцы, участвующие в разных видах движения. Ролевая игра на	Игра «Сломанная башня». Упражнения на осознание мышечных ощущений. Ролевая игра «Я могу».	Групповая, игровая, ролевая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			уверенность.		
10	Мышечные ощущения	1	Обучение ориентироваться в связи эмоционального состояния и физического. Ролевая игра на уверенность.	Этюды на выражение эмоций через тело. Сравнение мышечных ощущений (напряжение-расслабление). Ролевая игра «Я смелый».	Групповая, психогимнастика, этюды
11	Произвольные движения	1	Развитие способности к подчинению правилам, умение контролировать своё поведение. Ролевая игра на уверенность.	Игровая панель «Дерево», графический диктант. Игры на развитие произвольной сферы. Ролевая игра «Я могу».	Индивидуальная, групповая, упражнение
Раздел 3. Развитие восприятия (занятия 12–14)					
12	Мир цвета	1	Развитие восприятия цвета, навыков сортировки, сравнения, выполнения по образцу. Снятие недоверия к себе.	Настенный модуль «Сравнение цветов», Набор Фребеля №11 «Цветные тела». Упражнение «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
13	Мир формы	1	Развитие восприятия формы, умения различать и называть геометрические фигуры. Снятие недоверия к себе.	Игры и упражнения на восприятие и различение формы предметов. Соотнесение предметов по форме. Упражнение «Комплименты».	Индивидуальная, групповая, игровая
14	Пространство отношений	1	Развитие восприятия пространственных отношений. Снятие недоверия к себе.	Определение местоположения предметов (над, под, слева, справа, около, спереди, сзади, рядом) на наглядном материале. Упражнения на снятие недоверия к себе.	Индивидуальная, групповая, практическая работа
Раздел 4. Развитие произвольности в эмоциональной сфере (занятия 15–18)					

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
15	Эмоции и тело	1	Развитие направленности внимания на испытываемые эмоциональные ощущения. Развитие чувствительности.	Элементы психогимнастики. Проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний. Упражнения на развитие чувствительности (тактильные доски).	Групповая, психогимнастика, этюды
16	Воспроизводим эмоции	1	Различение и сравнение эмоциональных ощущений, определение их характера. Развитие чувствительности.	Игры на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу. Упражнения на развитие чувствительности (температурные пробы).	Групповая, игровая, упражнение
17	Внимание к эмоциям	1	Умение направлять одновременно внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие эмоции.	Игры и упражнения на развитие умения направлять внимание на мышечные ощущения и экспрессивные движения.	Групповая, игровая, упражнение
18	Демонстрация эмоций	1	Умение выражать эмоции по данному образцу. Понимание и осознание своего эмоционального состояния.	Элементы психогимнастики. Проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний по образцу.	Групповая, психогимнастика, этюды
Раздел 5. Развитие познавательных процессов (занятия 19–23)					
19	Эмоции и логика	1	Развитие памяти и логического мышления. Умение направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения.	Игры и упражнения на формирование умений направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения.	Групповая, игровая, упражнение
20	Зрительное запоминание	1	Научить ребёнка идти в своих рассуждениях от эмоций к логике на наглядном	Игры и упражнения направленные на научить ребёнка идти в рассуждениях от эмоций к логике на наглядном	Индивидуальная, групповая, дидактическая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			материале. Нравственные представления.	материале. Упражнения на формирование нравственных представлений.	игра
21	Осмысление чувств	1	Умение различать, сравнивать, определять характер эмоций (приятно, неприятно, беспокойно, удивительно, страшно и т.д.). Нравственные представления.	Игры и упражнения на умение различать, сравнивать, определять характер эмоций. Упражнения на формирование нравственных представлений.	Групповая, игровая, упражнение
22	Композиция и детали	1	Умение составлять композиции, видеть детали, сравнивать несколько предметов одного семейства (фрукты, овощи, цветы, деревья, животные, люди).	Игры и упражнения направленные на сравнение нескольких предметов одного семейства.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
23	Развитие внимания	1	Развитие устойчивости, переключаемости, распределения внимания.	Игры «Чем отличаются картинки друг от друга?», «Что здесь забыл нарисовать художник?», «Найди среди детей мальчика, который нарисован в верхней части таблицы».	Групповая, игровая, упражнение
Раздел 6. Развитие произвольности в сфере общения (занятия 24–26)					
24	Понимание чужих эмоций	1	Понимание и различение чужих эмоциональных состояний. Беседа о взрослых.	Игры и упражнения на формирование умений улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	Групповая, игровая, беседа
25	Учимся сопереживать	1	Обучение сопереживанию. Беседа о взрослых.	Игры и упражнения на формирование умений сопереживать. Беседа «Какие	Групповая, игровая, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	
26	Адекватные чувства	1	Обучение отвечать адекватными чувствами.	Игры и упражнения на формирование умений отвечать адекватными чувствами.	Групповая, игровая, упражнение
Раздел 7. Психогимнастика (занятия 27–29)					
27	Этюды эмоций	1	Развитие коммуникативных навыков, снятие напряжения. Развитие навыков сотрудничества.	Элементы психогимнастики. Проигрывание этюдов на выражение основных эмоций. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?».	Групповая, психогимнастика, этюды
28	Характер и эмоции	1	Снятие состояния эмоционального дискомфорта, создание ситуации успеха. Упражнение «Жил-был кот…».	Игры и упражнения на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу. Этюды на воспроизведение черт характера. Упражнение «Жил-был кот…».	Групповая, игровая, упражнение
29	Компенсаторные возможности	1	Развитие мышления. Овладение общими понятиями и мыслительными операциями. Понимание смысла обращённой речи.	Обучение составлению рассказа по серии картинок; установлению логических связей и отношений на наглядном и словесном материале.	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
Раздел 8. Развитие произвольности в поведении и эмоциональной сферы (занятия 30–34)					
30	Цели и средства	1	Формирование умения определять конкретные цели своих поступков, искать и находить из множества	Игры и упражнение на формирование умений определять конкретные цели своих поступков и находить средства достижения. Упражнение «Жил-был	Групповая, игровая, упражнение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			вариантов средства достижения целей. Упражнение «Жил-был кот…».	кот…».	
31	Предвидение результата	1	Умение предвидеть конечный результат своих действий и поступков. Рисунок «Наш класс».	Игры и упражнение на формирование умений искать и находить, выбирая из разных вариантов, средства достижения целей. Рисунок «Наш класс» (начало).	Групповая, игровая, упражнение, рисование
32	Ответственность	1	Формирование умений брать на себя ответственность. Проверять эффективность выбранных путей действиями, исправляя ошибки. Рисунок «Наш класс».	Игры и упражнение на формирование умений брать на себя ответственность. Рисунок «Наш класс» (продолжение).	Групповая, игровая, упражнение, рисование
33	Регуляция эмоций	1	Формирование умений проверять эффективность выбранных путей, предвидеть конечный результат своих действий и поступков.	Игры и упражнение на формирование умений проверять эффективность выбранных путей и предвидеть результат.	Групповая, игровая, упражнение
34	Театр и саморегуляция	1	Развитие саморегуляции. Проживание эмоционального образа.	Театрализация, использование наглядной основы, вербальных и невербальных средств общения. Моделирование ситуаций. Завершение рисунка «Наш класс».	Групповая, театрализация, рисование

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика моего «Я»

Цель: первичная психолого-педагогическая диагностика познавательной, эмоционально-личностной сферы, уровня произвольной регуляции; знакомство с базовыми эмоциями.

Задачи:

- оценить уровень развития памяти, внимания, мышления;
- выявить самооценку, тревожность, страхи;
- провести беседу об эмоциях;
- оценить уровень произвольной регуляции через графический диктант;
- познакомить ребёнка с процедурой обследования, снять напряжение.

Оборудование: бланки методик («Лесенка», «Страхи в домиках», «Запомни 10 слов», «Четвёртый лишний»), карточки с пиктограммами эмоций, бланк для графического диктанта, цветные карандаши, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать, рисовать и управлять собой». Используется жестовая речь, улыбка, спокойный голос.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. «Четвёртый лишний» – предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет (жестами/словами). 3. «Лесенка» – ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 4. «Страхи в домиках» – ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. 5. «Графический диктант» – ребёнок рисует узор по инструкции психолога (оценка произвольной регуляции). 6. Беседа об эмоциях – показываем пиктограммы, ребёнок называет/показывает эмоцию, рассказывает, когда он так себя чувствовал.
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» – дыхательное упражнение. Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Играем и адаптируемся

Цель: наблюдение за адаптационными возможностями, коммуникативными навыками и произвольной регуляцией в групповой игре.

Задачи:

- оценить умение действовать по инструкции, соблюдать очерёдность;
- выявить уровень взаимодействия со сверстниками;
- зафиксировать эмоциональные реакции на успех/неудачу;
- продолжить знакомство с эмоциями через игру.

Оборудование: мяч, набор игрушек, карточки с пиктограммами эмоций, листы наблюдения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Групповое приветствие, игра «Назови имя с эмоцией» – дети по кругу называют себя и показывают выбранную эмоцию (с использованием пиктограмм).
Основная часть	1. Игровая ситуация «Знакомство заново» – каждый ребёнок рассказывает о себе с помощью жестов и слов. 2. «Передай мяч с эмоцией» – передача мяча по кругу, каждый показывает эмоцию (радость, грусть, удивление) и передаёт мяч дальше. 3. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, дети запоминают, затем отворачиваются, психолог меняет местами 1–2 предмета, дети находят изменения.
Заключительная часть	Совместное выполнение инструкции «Сделай как я» – психолог показывает последовательность движений, дети повторяют. Беседа о настроении, прощание.

Занятие № 3. Мы вместе – мы команда

Цель: диагностика межличностных отношений, уровня сплочённости и способности к совместной деятельности.

Задачи:

- выявить социометрический статус каждого ребёнка в группе;
- оценить умение договариваться и распределять роли;
- определить зоны ближайшего развития в коммуникативной сфере.

Оборудование: конструктор (кубики, детали), листы для коллективного рисунка, фломастеры, бланки социометрии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на совместную работу.
Основная часть	1. «Построй башню» – дети делятся на пары/тройки, строят башню из кубиков, наблюдение за взаимодействием. 2. «Рисунок по кругу» – каждый ребёнок рисует элемент

Этап	Содержание
	на общем листе по очереди, затем обсуждают, что получилось. 3. Социометрическая проба – дети выбирают, с кем хотели бы сидеть за партой, играть и т.д. (используются карточки с именами/фото).
Заключительная часть	Обсуждение: «Что было легко? Что трудно?». Похвала за командную работу.

Занятие № 4. Познаём себя в классе

Цель: завершение диагностического этапа, уточнение индивидуальных маршрутов коррекции.

Задачи:

- провести дополнительные пробы по вниманию и мышлению;
- выявить уровень произвольной регуляции через корректурную пробу;
- обсудить с ребёнком его впечатления от первых занятий.

Оборудование: корректурные бланки (фигурный вариант), карточки для «Продолжи ряд», бланки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание доверительной обстановки.
Основная часть	1. Корректурная проба (фигурный вариант) – на листе с фигурами дети вычёркивают определённую фигуру (например, все треугольники) за 3 минуты. 2. «Продолжи ряд» – ребёнку предлагаются ряды с закономерностями (цвет, форма, размер), нужно продолжить. 3. Беседа о впечатлениях – «Что тебе понравилось на занятиях? Что запомнилось? Что было новым?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое у тебя настроение?» (выбор пиктограммы). Прощание.

Занятие № 5. Зоркий взгляд

Цель: развитие зрительного восприятия, лидерских качеств и командного взаимодействия. Преодоление страхов.

Задачи:

- развивать зрительное восприятие, внимание, наблюдательность;
- формировать навыки работы в команде;
- снизить уровень страха через упражнение «Я сильнее своего страха».

Оборудование: комплект для развития лидерских качеств (карточки с заданиями), картинки для сравнения, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Зоркий глаз» – найти предметы в комнате по описанию.
Основная часть	1. Игры на зрительное восприятие – «Чем отличаются картинки?», «Найди спрятанные предметы». 2. Командная работа – дети делятся на команды, выполняют задания на внимание и наблюдательность. 3. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха» – дыхательное упражнение с проговариванием.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня смог увидеть нового?».

Занятие № 6. Чувствую и слышу

Цель: развитие глазомера, функции равновесия, точных движений, тактильно-вибрационных ощущений.

Задачи:

- развивать точность движений через практические задания;
- тренировать тактильно-вибрационное восприятие;
- развивать умение определять источник звука по вибрации.

Оборудование: весовой набор, шумовой набор (барабан, дудочка, свирель), предметы разного веса.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Точные движения» – повторение движений за психологом.
Основная часть	1. Весовой набор – дети сравнивают предметы по весу (тяжёлый-лёгкий), определяют равенство. 2. Шумовой набор – определение источника звука по вибрации (барабан, дудочка, свирель). 3. Задания на равновесие – ходьба по линии, стояние на одной ноге.
Заключительная	Рефлексия: «Что тебе было легче – определять звук или

Этап	Содержание
часть	вес?».

Занятие № 7. Держи равновесие

Цель: мозжечковая стимуляция. Развитие функции равновесия и стратегического мышления.

Задачи:

- развивать чувство равновесия через упражнения на балансировочной доске;
- тренировать стратегическое мышление через настольную игру;
- развивать координацию движений.

Оборудование: балансировочная доска, настольная игра «Балансир».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Стойкий оловянный солдатик» (стояние на одной ноге).
Основная часть	1. Балансировочная доска – стояние на доске с открытыми и закрытыми глазами, с заданиями (поймать мяч). 2. Настольная игра «Балансир» – игроки по очереди ставят фигурки на балансир, стараясь не уронить. 3. Упражнения на координацию – «Попробуй удержать равновесие и выполнить задание».
Заключительная часть	Рефлексия: «Было трудно удержать равновесие? Что помогало?».

Занятие № 8. Пространство и время

Цель: формирование умения ориентироваться в пространстве и времени. Преодоление страхов.

Задачи:

- учить определять местоположение предметов в пространстве;
- развивать временные представления (части суток, времена года);
- снижать уровень страха через упражнение.

Оборудование: карточки с планами, часы, макет комнаты, фигурки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Где находится?» (вверху, внизу, слева, справа).
Основная часть	1. Игра «Слепой и поводырь» – один ребёнок с закрытыми глазами идёт по комнате, другой направляет его словесно и жестами. 2. «Найди на плане» – работа с планом комнаты/класса, определение местоположения предметов. 3. Определение времени – части суток, времена года (с опорой на картинки). 4. Упражнение на преодоление страхов «Я сильнее своего страха» – коллективное проговаривание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было трудно найти на плане?».

Занятие № 9. Мышечное внимание

Цель: развитие направленности внимания на мышцы, участвующие в разных видах движения. Ролевая игра на уверенность.

Задачи:

- учить осознавать мышечные ощущения при разных движениях;
- развивать произвольное внимание к своему телу;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я могу».

Оборудование: карточки с движениями, мяч, музыкальное сопровождение.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка «Почувствуй мышцы» – напряжение и расслабление разных групп мышц.
Основная часть	1. Игра «Сломанная башня» – дети изображают башню, которая медленно «ломается» – контроль мышц и расслабление. 2. Упражнение на осознание мышечных ощущений – «Какие мышцы работают, когда ты: бежишь, сидишь, пишешь?». 3. Ролевая игра «Я могу» – каждый ребёнок показывает движение или действие, которое он может выполнять хорошо, группа аплодирует.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие мышцы ты сегодня почувствовал?».

Занятие № 10. Мышечные ощущения

Цель: обучение ориентироваться в связи эмоционального состояния и физического. Ролевая игра на уверенность.

Задачи:

- учить различать и сравнивать мышечные ощущения (напряжение-расслабление, тяжесть-лёгкость);
- развивать умение определять характер ощущений;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я смелый».

Оборудование: коврики для релаксации, карточки с эмоциями, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи, как ты…» (устал, бодр, грустен).
Основная часть	1. Этюды на выражение эмоций через тело – «Покажи радость», «Покажи грусть», «Покажи страх» с использованием всего тела. 2. Сравнение мышечных ощущений – «Что ты чувствуешь, когда: злишься, радуешься?». 3. Ролевая игра «Я смелый» – дети проигрывают ситуации, требующие смелости (например, сказать «нет», защитить друга).
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение: «Как эмоции связаны с телом?».

Занятие № 11. Произвольные движения

Цель: развитие способности к подчинению правилам, умение контролировать своё поведение. Ролевая игра на уверенность.

Задачи:

- формировать умение действовать по правилу и образцу;
- развивать самоконтроль через игровые задания;
- формировать уверенность через ролевую игру «Я могу».

Оборудование: игровая панель «Дерево», бланки для графического диктанта, карточки с правилами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Слушай сигнал» – разные сигналы – разные действия.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Игровая панель «Дерево» – выполнение заданий по правилам (собрать фрукты по цвету, по форме). 2. Графический диктант – рисование по клеточкам по инструкции психолога. 3. Игры на развитие произвольной сферы – «Да и нет», «Четыре стихии». 4. Ролевая игра «Я могу» – дети показывают, как они могут сдерживаться, ждать, не перебивать.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогло выполнить задание точно?».

Занятие № 12. Мир цвета

Цель: развитие восприятия цвета, навыков сортировки, сравнения, выполнения по образцу. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- развивать способность соотносить, различать, называть основные цвета и оттенки;
- тренировать мелкую моторику;
- формировать позитивную самооценку через упражнение «Мои сильные стороны».

Оборудование: настенный модуль «Сравнение цветов», Набор Фребеля №11 «Цветные тела», цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови цвет» – показываем предметы, дети называют цвет.
Основная часть	1. Настенный модуль «Сравнение цветов» – сортировка цветных тел по цвету, выполнение по образцу. 2. Набор Фребеля «Цветные тела» – конструирование по образцу, описание цветов. 3. Упражнение «Мои сильные стороны» – каждый ребёнок называет, что у него хорошо получается, остальные дополняют.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой цвет тебе сегодня понравился больше всего?».

Занятие № 13. Мир формы

Цель: развитие восприятия формы, умения различать и называть геометрические фигуры. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- учить соотносить предметы по форме;
- различать и называть геометрические фигуры;
- формировать умение принимать комплименты.

Оборудование: набор геометрических фигур, карточки с предметами разной формы, раздаточный материал.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Найди форму» – психолог показывает предмет, дети находят соответствующую геометрическую фигуру.
Основная часть	1. Игры и упражнения на восприятие и различение формы предметов – «Что похоже на круг?», «Что похоже на квадрат?». 2. Соотнесение предметов по форме – группировка карточек по форме. 3. Упражнение «Комплименты» – дети по кругу говорят друг другу добрые слова.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая геометрическая фигура тебе знакома лучше всего?».

Занятие № 14. Пространство отношений

Цель: развитие восприятия пространственных отношений. Снятие недоверия к себе.

Задачи:

- учить определять местоположение предметов в пространстве;
- понимать пространственные предлоги и наречия;
- формировать веру в свои силы через упражнения.

Оборудование: макет комнаты, фигурки, карточки с заданиями на ориентировку.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Где стоит?» – показываем предмет, дети называют его положение.
Основная часть	1. Определение местоположения предметов (над, под, слева, справа, около, спереди, сзади, рядом) на наглядном материале. 2. Расстановка фигурок по инструкции – «Поставь куклу

Этап	Содержание
	справа от стула». 3. Упражнения на снятие недоверия к себе – «Волшебный стул» (ребёнок садится, остальные говорят о его достоинствах).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое положение в пространстве было самым трудным?».

Занятие № 15. Эмоции и тело

Цель: развитие направленности внимания на испытываемые эмоциональные ощущения. Развитие чувствительности.

Задачи:

- учить осознавать связь эмоций и телесных ощущений;
- развивать чувствительность к своим эмоциям;
- тренировать тактильное восприятие.

Оборудование: элементы психогимнастики, тактильные доски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Как я себя чувствую?» – показ эмоции через тело.
Основная часть	1. Элементы психогимнастики – проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний (радость, грусть, страх, гнев). 2. Упражнения на развитие чувствительности – тактильные доски (гладкая, шершавая, холодная). 3. Обсуждение – «Когда ты злишься, что чувствует твоё тело?», «Когда ты радуешься?».
Заключительная часть	Релаксация, обсуждение.

Занятие № 16. Воспроизводим эмоции

Цель: различение и сравнение эмоциональных ощущений, определение их характера. Развитие чувствительности.

Задачи:

- учить произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по образцу;
- развивать умение определять характер эмоций;
- продолжать развитие чувствительности.

Оборудование: карточки с пиктограммами эмоций, ёмкости с водой разной температуры, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи эмоцию» (по карточке).
Основная часть	1. Игры на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу – «Сделай такое же лицо». 2. Определение характера эмоций – «Эта эмоция приятная или неприятная? Беспокойная или спокойная?». 3. Упражнения на развитие чувствительности – температурные пробы (определение температуры воды на ощупь).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какую эмоцию тебе легче всего показать?».

Занятие № 17. Внимание к эмоциям

Цель: умение направлять одновременно внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие эмоции.

Задачи:

- развивать умение наблюдать за собой и другими;
- учить замечать внешние проявления эмоций;
- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с ситуациями, зеркало, картинки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Угадай эмоцию» (по движению тела).
Основная часть	1. Игры и упражнения на развитие умения направлять внимание на мышечные ощущения и экспрессивные движения – «Покажи радость всем телом». 2. Наблюдение за другими – «Как ты понял, что друг грустит?». 3. Самонаблюдение в зеркале – «Что делает твоё лицо, когда ты злишься?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты заметил в своих эмоциях?».

Занятие № 18. Демонстрация эмоций

Цель: умение выражать эмоции по данному образцу. Понимание и осознание своего эмоционального состояния.

Задачи:

- учить демонстрировать эмоции по образцу;
- развивать осознанность своих эмоций;
- тренировать самоконтроль.

Оборудование: элементы психогимнастики, карточки с образцами эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи, что я покажу» – дети повторяют эмоцию за психологом.
Основная часть	1. Элементы психогимнастики – проигрывание этюдов на выражение эмоциональных состояний по образцу. 2. Обсуждение – «Какие эмоции тебе легко показывать? Какие трудно?». 3. Игра «Зеркало» – один показывает эмоцию, другой повторяет.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты чувствовал, когда показывал разные эмоции?».

Занятие № 19. Эмоции и логика

Цель: развитие памяти и логического мышления. Умение направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения.

Задачи:

- тренировать память через запоминание с эмоциональной окраской;
- развивать логическое мышление;
- учить связывать эмоции с запоминанием.

Оборудование: карточки с картинками, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Запомни слово и эмоцию» – психолог называет слово с эмоцией (радостный кот, грустное дерево).
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений направлять внимание на собственные эмоциональные ощущения – «Какое чувство вызывает этот предмет?».

Этап	Содержание
	2. Запоминание с эмоциональной окраской – «Запомни картинки, представь, какие чувства они вызывают». 3. Логические задания – «Что лишнее? Почему?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что запомнилось лучше – картинки или чувства от них?».

Занятие № 20. Зрительное запоминание

Цель: научить ребёнка идти в своих рассуждениях от эмоций к логике на наглядном материале. Нравственные представления.

Задачи:

- тренировать зрительную память через эмоционально окрашенные образы;
- развивать логическое мышление от эмоций к логике;
- формировать нравственные представления.

Оборудование: картинки с сюжетами, карточки для запоминания.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что я вижу?» – описание картинки с чувствами.
Основная часть	1. Игры и упражнения направленные на научить ребёнка идти в рассуждениях от эмоций к логике на наглядном материале – «Сначала расскажи, что чувствуешь, потом объясни почему». 2. Запоминание сюжетных картинок с последующим воспроизведением. 3. Упражнения на формирование нравственных представлений – «Как поступить правильно?», «Что такое доброта?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легче – запомнить или объяснить?».

Занятие № 21. Осмысление чувств

Цель: умение различать, сравнивать, определять характер эмоций. Нравственные представления.

Задачи:

- учить различать и называть эмоции и их оттенки;
- развивать умение сравнивать эмоции;

- формировать нравственные представления через обсуждение.

Оборудование: карточки с пиктограммами эмоций, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови чувство» – показываем ситуацию, дети называют чувство.
Основная часть	1. Игры и упражнения на умение различать, сравнивать, определять характер эмоций (приятно, неприятно, беспокойно, удивительно, страшно и т.д.). 2. Сравнение эмоций – «Чем похожи радость и удивление? Чем отличаются?». 3. Упражнения на формирование нравственных представлений – разбор ситуаций морального выбора.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое чувство тебе сложнее всего различать?».

Занятие № 22. Композиция и детали

Цель: умение составлять композиции, видеть детали, сравнивать несколько предметов одного семейства.

Задачи:

- учить видеть детали в изображении;
- развивать умение сравнивать предметы одного семейства;
- тренировать восприятие и внимание.

Оборудование: картинки с предметами одного семейства (фрукты, овощи, животные), разрезные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Найди отличие» между двумя похожими предметами.
Основная часть	1. Игры и упражнения, направленные на сравнение нескольких предметов одного семейства (фрукты, овощи, цветы, деревья, животные, люди). 2. Составление композиции из частей – складывание разрезной картинки. 3. Нахождение деталей – «Что художник забыл нарисовать?».

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было трудно найти в картинке?».

Занятие № 23. Развитие внимания

Цель: развитие устойчивости, переключаемости, распределения внимания.

Задачи:

- тренировать устойчивость внимания через длительные задания;
- развивать переключаемость с одного вида деятельности на другой;
- учить распределять внимание между несколькими объектами.

Оборудование: картинки для сравнения, таблицы для поиска, раздаточный материал.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что изменилось?» (с 7–8 предметами).
Основная часть	1. Игры «Чем отличаются картинки друг от друга?» – нахождение отличий в сложных картинках. 2. «Что здесь забыл нарисовать художник?» – нахождение недостающих деталей. 3. «Найди среди детей мальчика, который нарисован в верхней части таблицы» – работа с таблицами. 4. Корректурная проба (упрощённый вариант) – вычёркивание заданной фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогало быть внимательным?».

Занятие № 24. Понимание чужих эмоций

Цель: понимание и различение чужих эмоциональных состояний. Беседа о взрослых.

Задачи:

- учить улавливать и понимать чужие эмоциональные состояния;
- развивать эмпатию;
- обсуждать качества взрослых и свои.

Оборудование: карточки с ситуациями, картинки с лицами, иллюстрации взрослых.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Какое настроение?» – показываем лицо, дети угадывают.
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений улавливать, понимать и различать чужие эмоциональные состояния – «Что чувствует этот человек?». 2. Разбор ситуаций – «Как ты думаешь, почему он грустит? Что ему сказать?». 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение положительных качеств взрослых и своих.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о чувствах других людей?».

Занятие № 25. Учимся сопереживать

Цель: обучение сопереживанию, развитие эмпатии. Беседа о взрослых.

Задачи:

- учить понимать и чувствовать состояние другого человека;
- развивать умение выражать сочувствие;
- продолжать формирование нравственных представлений через беседу.

Оборудование: карточки с ситуациями, иллюстрации эмоций, мягкая игрушка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Покажи, как ты жалеешь» – дети показывают жестами и мимикой, как они утешают другого.
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений сопереживать – «Что ты чувствуешь, когда твой друг плачет?», «Как ты можешь помочь?». 2. Разбор ситуаций – «Мальчик упал и ушиб коленку. Что ты сделаешь?», «Девочка потеряла игрушку. Как ты её утешишь?». 3. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение, как взрослые проявляют заботу и сочувствие, как дети могут быть похожи на них.
Заключительная часть	Рефлексия: «Когда ты сегодня чувствовал сочувствие к кому-то?».

Занятие № 26. Адекватные чувства

Цель: обучение отвечать адекватными чувствами на эмоциональные состояния других людей.

Задачи:

- учить подбирать правильные слова и действия в ответ на эмоции других;
- развивать социальную компетентность;
- закреплять навыки общения.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы эмоций, куклы для театрализации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что сказать?» – показываем ситуацию, дети подбирают слова.
Основная часть	1. Игры и упражнения на формирование умений отвечать адекватными чувствами – «Кто-то грустит – что сказать?», «Кто-то злится – что сделать?». 2. Проигрывание ситуаций с куклами – дети разыгрывают диалоги, выбирая правильные слова. 3. Обсуждение – «Почему важно отвечать правильно на чувства других?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие чувства тебе легче всего понимать?».

Занятие № 27. Этюды эмоций

Цель: развитие коммуникативных навыков, снятие напряжения. Развитие навыков сотрудничества.

Задачи:

- учить выражать основные эмоции через мимику, жесты и тело;
- снимать мышечное и эмоциональное напряжение;
- развивать навыки работы в группе.

Оборудование: карточки с эмоциями, музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разогрев «Передай улыбку» – дети по кругу передают улыбку и добрый взгляд.
Основная часть	1. Элементы психогимнастики – проигрывание этюдов на выражение основных эмоций (радость, грусть, страх, гнев, удивление). 2. Игры на выражение эмоций – «Крокодил» (эмоциональный вариант), «Зеркало».

Этап	Содержание
	3. Релаксация «Путешествие в страну эмоций» – визуализация с музыкой. 4. Беседа «Какие взрослые тебе нравятся?», «Каким бываешь ты?» – обсуждение того, как взрослые выражают свои эмоции.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какую эмоцию тебе было легче всего показать?».

Занятие № 28. Характер и эмоции

Цель: снятие состояния эмоционального дискомфорта, создание ситуации успеха. Упражнение «Жил-был кот…».

Задачи:

- учить соотносить эмоции и черты характера;
- развивать умение произвольно демонстрировать эмоции по образцу;
- формировать навык самоанализа через упражнение «Жил-был кот…».

Оборудование: карточки с чертами характера, пиктограммы эмоций, игрушечный кот.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Какой я?» – дети выбирают карточку с чертой характера и показывают её.
Основная часть	1. Игры и упражнения на умение произвольно и подражательно демонстрировать эмоции по заданному образцу – «Покажи доброго человека», «Покажи злого». 2. Этюды на воспроизведение черт характера – «Скупой рыцарь», «Щедрый принц», «Трусливый заяц», «Смелый воин». 3. Упражнение «Жил-был кот…» – психолог начинает историю о коте, у которого были разные черты характера. Дети продолжают, обсуждают, какие черты характера помогают, а какие мешают.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая черта характера тебе нравится в себе?».

Занятие № 29. Компенсаторные возможности

Цель: развитие мышления. Овладение общими понятиями и мыслительными операциями. Понимание смысла обращённой речи.

Задачи:

- учить составлять рассказ по серии картинок;
- развивать умение устанавливать логические связи и отношения;
- формировать обобщающие понятия.

Оборудование: серии сюжетных картинок (3–4 картины), карточки с обобщающими словами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что сначала, что потом?» – разложить картинки по порядку.
Основная часть	1. Обучение составлению рассказа по серии картинок – дети раскладывают картинки в правильной последовательности и составляют рассказ (с использованием жестов и слов). 2. Установление логических связей и отношений на наглядном и словесном материале – «Почему это произошло? Что будет дальше?». 3. Овладение общими понятиями – «Назови одним словом», «Что лишнее?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой рассказ тебе понравился больше всего?».

Занятие № 30. Цели и средства

Цель: формирование умения определять конкретные цели своих поступков, искать и находить из множества вариантов средства достижения целей. Упражнение «Жил-был кот…».

Задачи:

- учить ставить цели и находить способы их достижения;
- развивать планирующую функцию мышления;
- формировать навык самоанализа через упражнение «Жил-был кот…».

Оборудование: карточки с ситуациями, игровое поле, фишки, игрушечный кот.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что я хочу сделать?» – дети называют цель.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений определять конкретные цели своих поступков и находить средства достижения – «Как получить игрушку?», «Как помириться с другом?». 2. Моделирование ситуаций – дети разыгрывают ситуации, где нужно выбрать правильный путь

Этап	Содержание
	достижения цели. 3. Упражнение «Жил-был кот…» – продолжение истории: кот ставит перед собой цель и ищет способы её достижения. Дети обсуждают, какой способ был лучшим.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая цель была самой важной для кота?».

Занятие № 31. Предвидение результата

Цель: умение предвидеть конечный результат своих действий и поступков. Рисунок «Наш класс».

Задачи:

- учить прогнозировать последствия своих действий;
- развивать мышление, воображение;
- начать коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: карточки с ситуациями, ватман, краски, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что будет, если…?» – дети прогнозируют результаты.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений искать и находить, выбирая из разных вариантов, средства достижения целей – «Подумай, что произойдёт». 2. Разбор ситуаций – «Что будет, если я возьму чужую вещь?», «Что будет, если я помогу другу?». 3. Рисунок «Наш класс» (начало) – на большом листе ватмана дети начинают рисовать свой класс, обсуждают, кого и что они хотят изобразить.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты представляешь, когда думаешь о результате?».

Занятие № 32. Ответственность

Цель: формирование умений брать на себя ответственность. Проверять эффективность выбранных путей действиями, исправляя ошибки. Рисунок «Наш класс».

Задачи:

- учить брать ответственность за свои решения и действия;
- развивать умение анализировать ошибки и исправлять их;

- продолжать коллективный рисунок «Наш класс».

Оборудование: карточки с ситуациями, ватман, краски, карандаши (продолжение рисунка).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Кто ответственный?» – обсуждение, что значит быть ответственным.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений брать на себя ответственность – «Я отвечаю за…», «Я решил, и я сделаю». 2. Моделирование ситуаций, где нужно признать ошибку и исправить её. 3. Рисунок «Наш класс» (продолжение) – дети добавляют новые детали, обсуждают, кто за что отвечает в классе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Когда ты сегодня чувствовал ответственность?».

Занятие № 33. Регуляция эмоций

Цель: формирование умений проверять эффективность выбранных путей, предвидеть конечный результат своих действий и поступков.

Задачи:

- учить оценивать эффективность своих действий;
- развивать навык предвидения результата;
- закреплять навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы эмоций, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Что получилось?» – дети анализируют свои действия.
Основная часть	1. Игры и упражнение на формирование умений проверять эффективность выбранных путей и предвидеть результат – «Какой способ лучше?», «Что будет, если я так сделаю?». 2. Разбор ситуаций с эмоциональной регуляцией – «Как успокоиться, если не получилось?», «Что сделать, чтобы получилось в следующий раз?». 3. Этюды на саморегуляцию – «Успокойся», «Возьми себя в руки».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе успокоиться?».

Занятие № 34. Театр и саморегуляция

Цель: развитие саморегуляции. Проживание эмоционального образа.

Задачи:

- развивать навыки саморегуляции через театрализацию;
- учить проживать и выражать эмоциональные образы;
- завершить коллективный рисунок «Наш класс» и подвести итоги года.

Оборудование: элементы костюмов, маски, карточки с ролями, ватман с начатым рисунком, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Мы артисты» – настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Театрализация – разыгрывание сценок из школьной жизни с использованием наглядной основы, вербальных и невербальных средств общения. 2. Моделирование ситуаций – дети проживают разные эмоциональные состояния, учатся их регулировать. 3. Завершение коллективного рисунка «Наш класс» – добавление последних деталей, подписывание имён, обсуждение. 4. Обсуждение итогов года – «Что тебе запомнилось?», «Чему ты научился?», «Что тебе теперь легче?».
Заключительная часть	Общее фото с рисунком, прощание, пожелание добрых слов на лето.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

5 класс

Разработана: Головко А.А., Созонов В.С

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 5 класса МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (варианты 1.2, 2.2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2.2);
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Учебно-методического пособия О.Ю. Пискун «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (Новосибирск, 2005);
- Муниципальной программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска» (4–11 классы).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5 класса **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2, 2.2.2). Возраст участников: 11–12 лет. Численность группы: 6–10 человек.

Пятый класс является переходным этапом от начального к основному общему образованию. У обучающихся с нарушениями слуха в этот период наблюдаются:

- трудности адаптации к новым условиям обучения (кабинетная система, новые педагоги, увеличение нагрузки);
- повышенная тревожность и эмоциональная нестабильность;
- снижение концентрации и устойчивости внимания;
- недостаточная сформированность навыков саморегуляции;

- трудности коммуникации со сверстниками и взрослыми.

Программа направлена на создание условий для успешной адаптации пятиклассников, развитие когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей, формирование навыков саморегуляции и жизнеспособности.

Актуальность программы

Переход из начальной школы в основную является одним из наиболее сложных периодов в жизни ребёнка. Для обучающихся с нарушениями слуха этот период осложнён необходимостью адаптации к новым условиям, увеличения коммуникативной нагрузки, изменения привычного распорядка. Своевременная коррекционно-развивающая работа позволяет смягчить процесс адаптации, снизить риск дезадаптации и способствует сохранению психологического здоровья пятиклассников.

Программа направлена на развитие познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, коммуникативной культуры и навыков жизнеспособного поведения.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, визуальных инструкций, замедленного темпа работы);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, карточки);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, упражнения, дискуссии, моделирование ситуаций;
- **Принцип индивидуального и дифференцированного подхода** – учёт индивидуальных особенностей, уровня развития и актуальных трудностей каждого ребёнка;
- **Принцип комплексности** – развитие всех сфер личности: познавательной, эмоционально-волевой, коммуникативной, поведенческой;
- **Принцип безопасности** – создание безопасной, доверительной атмосферы на занятиях.

Цель программы

Создание условий для развития у обучающихся 5 класса с нарушениями слуха когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей; формирование навыков саморегуляции, устойчивости к стрессу и адекватных форм поведения; повышение уровня жизнеспособности и адаптивности.

Задачи программы

1. Провести адаптацию детей к занятиям, создать атмосферу доверия.
2. Развивать внимание, память, мышление, речь и воображение.
3. Формировать навыки саморегуляции и эмоциональной устойчивости.
4. Развивать коммуникативную культуру и способность к сотрудничеству.
5. Проводить диагностику эмоционального состояния, уровня тревожности и жизнеспособности.
6. Способствовать социальной адаптации обучающихся с нарушениями слуха.

Планируемые результаты

По итогам реализации программы предполагается:

- успешное прохождение адаптационного периода;
- повышение концентрации и устойчивости внимания;
- развитие памяти (зрительной, слуховой, ассоциативной);
- формирование логического мышления, установки причинно-следственных связей;
- улучшение навыков речи и коммуникативного взаимодействия;
- развитие эмоционального интеллекта, умения управлять эмоциями;
- повышение уровня саморегуляции и стрессоустойчивости;
- развитие жизнеспособности, навыков адаптации и позитивного самовосприятия.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **34 занятия** (1 раз в неделю по 40–45 минут).

Программа включает пять основных блоков:

1. Адаптация (занятия 1–2) — 2 часа.
2. Развитие внимания и восприятия (занятия 3–8) — 6 часов.
3. Развитие памяти (занятия 9–16) — 8 часов.
4. Развитие мышления и речи (занятия 17–26) — 10 часов.
5. Эмоционально-волевая сфера и жизнеспособность (занятия 27–34) — 8 часов.

Каждое занятие строится по структуре: приветствие, разминка, основная часть (упражнения и игры), рефлексия и подведение итогов.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения;
- дидактические игры;
- тренинговые упражнения;
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- коммуникативные упражнения;
- групповые дискуссии;
- ролевые игры;
- релаксационные упражнения;
- диагностические методики.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки, сенсорной комнате) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями-предметниками, классным руководителем, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Горьковая, И. А., Микляева, А. В. Социально-психологические факторы жизнестойкости подростков с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика : монография / И. А. Горьковая, А. В. Микляева. — Санкт-Петербург : Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2019.
3. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
4. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
5. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие / О. Ю. Пискун. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
6. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
7. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
8. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
9. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007.
10. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
11. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5–6 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Школьная тревожность	Тест школьной тревожности Филлипса (адаптированный)	Б. Филлипс (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка уровня и характера школьной тревожности
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия (адаптация)	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Адаптированный вариант	Исследование объёма зрительной памяти

Сфера	Методика	Источник	Цель
Внимание	Корректурная проба	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Мышление	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации
Мышление	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн (адаптация)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей
Эмоциональная устойчивость	Шкала субъективной витальности (SVS)	Р.М. Райан, К.Фредерик (адаптация)	Оценка уровня жизнеспособности и эмоциональной устойчивости
Самооценка	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (мод. Прихожан)	Оценка уровня самооценки и уверенности в себе
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности

Тематический план (34 занятия)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 1. АДАПТАЦИЯ (занятия 1–2)					
1	Давайте познакомимся	1	Знакомство, установление доверия, создание безопасной атмосферы	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Правила работы в группе. Игра «Снежный ком».	Групповая, игровая, беседа
2	Мы — команда	1	Сплочение группы, снижение тревожности	Упражнение «Мы — команда». Игра «Построй башню». Упражнение «Моё настроение».	Групповая, игровая, упражнение
БЛОК 2. РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ И ВОСПРИЯТИЯ (занятия 3–8)					
3	Диагностика внимания и тревожности	1	Диагностика уровня тревожности, внимания	Тест Филлипса. Корректурная проба. Наблюдение.	Индивидуальная, диагностическая
4	Я всё замечаю	1	Развитие концентрации внимания	Игра «Кто больше увидит». Упражнение «Найди отличия». Игра «Что изменилось?».	Групповая, игровая, упражнение
5	Внимание и переключение	1	Развитие переключения внимания	Игра «Зеваки». Упражнение «Не пропусти растение». Игра «Светофор».	Групповая, игровая
6	Я вижу и слышу	1	Развитие слухового и зрительного восприятия	Игра «Угадай, что звучит». Упражнение «Найди такой же». Игра «Зеркало».	Групповая, сенсорная игра
7	Моё пространство	1	Развитие пространственного	Игра «Найди на плане». Упражнение «Слепой и	Групповая, игровая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			восприятия	поводырь». Игра «Что где находится?».	практическая работа
8	Мир вокруг меня	1	Развитие восприятия цвета, формы, величины	Игры «Подбери по цвету», «Найди форму», «Разложи по величине».	Групповая, дидактическая игра
БЛОК 3. РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ (занятия 9–16)					
9	Диагностика памяти	1	Диагностика зрительной и слуховой памяти	Методика «10 слов». Методика «Запомни рисунки». Наблюдение.	Индивидуальная, диагностическая
10	Я запоминаю картинки	1	Развитие зрительной памяти	Игра «10 картинок». Упражнение «Что поменялось?». Игра «Рисуем по памяти».	Групповая, игровая, рисование
11	Я запоминаю слова	1	Развитие слуховой памяти	Игра «Послушай и повтори». Упражнение «Запомни слова». Игра «Цепочка слов».	Групповая, игровая
12	Ассоциации помогают	1	Развитие ассоциативной памяти	Упражнение «Мысленные образы». Игра «Придумай ассоциацию». Упражнение «Запомни пары».	Групповая, игровая, упражнение
13	Я помню надолго	1	Развитие долговременной памяти	Упражнение «Вспомни, что было». Игра «День рождения». Упражнение «Расскажи по памяти».	Групповая, игровая, упражнение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
14	Моя память — моя сила	1	Закрепление приёмов запоминания	Игра «Мемо». Упражнение «Запомни и нарисуй». Тренинг памяти.	Групповая, игровая, тренинг
15	Тренировка памяти	1	Развитие всех видов памяти	Комплекс игр и упражнений на память.	Групповая, игровая
16	Диагностика памяти (повторная)	1	Оценка динамики развития памяти	Методика «10 слов». Методика «Запомни рисунки». Сравнение результатов.	Индивидуальная, диагностическая
БЛОК 4. РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ И РЕЧИ (занятия 17–26)					
17	Я умею думать	1	Развитие наглядно-действенного мышления	Упражнения «Собери фигуру», «Продолжи ряд». Игра «Что лишнее?».	Групповая, игровая, упражнение
18	Логические цепочки	1	Развитие логического мышления	Упражнение «Логические цепочки». Игра «Найди закономерность».	Групповая, игровая
19	Причина и следствие	1	Установление причинно-следственных связей	Упражнение «Раньше — сейчас — потом». Работа с сюжетными картинками.	Групповая, упражнение, работа с картинками
20	Я сравниваю и обобщаю	1	Развитие операций сравнения и обобщения	Игры «Разное — одинаковое», «Назови одним словом». Упражнение «Найди общее».	Групповая, дидактическая игра
21	Я классифицирую	1	Развитие операции классификации	Игра «Разложи по группам». Упражнение «Классификация	Групповая, дидактическая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				предметов и понятий».	
22	Я описываю картинку	1	Развитие связной речи	Упражнение «Рассказ по картинке». Игра «Опиши предмет».	Групповая, упражнение, беседа
23	Я рассказываю историю	1	Развитие речи и воображения	Упражнение «Придумай историю». Игра «Продолжи сказку».	Групповая, творческая работа
24	Я решаю жизненные задачи	1	Развитие навыков решения проблем	Упражнение «Разбор жизненных ситуаций». Групповая дискуссия.	Групповая, дискуссия
25	Я умею рассуждать	1	Развитие словесно-логического мышления	Упражнение «Почему?». Игра «Кто здесь кто?». Загадки.	Групповая, игровая, упражнение
26	Диагностика мышления и речи	1	Оценка динамики развития мышления и речи	Методика «Четвёртый лишний». Методика «Последовательные картинки».	Индивидуальная, диагностическая
БЛОК 5. ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА И ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ (занятия 27–34)					
27	Диагностика эмоциональной устойчивости	1	Диагностика уровня жизнеспособности и эмоциональной устойчивости	Шкала субъективной витальности (SVS). Цветовой тест Люшера. Методика «Самооценка».	Индивидуальная, диагностическая
28	Мои эмоции	1	Развитие эмоционального интеллекта	Упражнение «Мои эмоции». Арт-терапия «Моё настроение». Этюды на выражение эмоций.	Групповая, арт-терапия, психогимнастика

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
29	Я управляю эмоциями	1	Формирование навыков управления эмоциями	Тренинг «Управление эмоциями». Дыхательные упражнения. Упражнение «Стоп».	Групповая, тренинг, релаксация
30	Я справляюсь со стрессом	1	Развитие стрессоустойчивости	Упражнение «Мой стресс». Релаксация. Дыхательные техники.	Групповая, релаксация, упражнение
31	Я понимаю других	1	Развитие эмпатии и сопереживания	Упражнение «Что чувствует другой?». Ролевые игры. Игра «Пойми меня».	Групповая, ролевая игра
32	Я общаюсь	1	Развитие коммуникативной культуры	Упражнение «Комплимент». Игра «Мы — команда». Ролевые игры.	Групповая, ролевая игра
33	Я выбираю поведение	1	Формирование навыков конструктивного поведения	Упражнение «Ситуации выбора». Групповая дискуссия.	Групповая, дискуссия, игровая
34	Итоговое занятие	1	Подведение итогов, рефлексия	Повторная диагностика. Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мой путь».	Индивидуальная, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Давайте познакомимся

Цель: знакомство, установление доверия, создание безопасной атмосферы.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы в группе;
- создать атмосферу доверия и безопасности.

Оборудование: мяч, карточки с именами, доска/флипчарт.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты. 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила. 3. Игра «Снежный ком» – каждый называет своё имя и качество на первую букву имени, следующий повторяет всех предыдущих.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что тебе понравилось?». Прощание.

Занятие № 2. Мы — команда

Цель: сплочение группы, снижение тревожности.

Задачи:

- развивать навыки сотрудничества;
- создавать атмосферу доверия;
- способствовать сплочению группы.

Оборудование: строительный материал (кубики), мяч.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мы — команда» – выполнение общего задания.

Этап	Содержание
	2. Игра «Построй башню» – участники строят башню из кубиков, работая в команде. 3. Упражнение «Моё настроение» – участники показывают своё настроение.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что нам помогает работать вместе?». Прощание.

Занятие № 3. Диагностика внимания и тревожности

Цель: диагностика уровня тревожности, внимания.

Задачи:

- провести тест Филлипса;
- провести корректурную пробу;
- провести наблюдение.

Оборудование: бланки методик, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Тест Филлипса – заполнение опросника. 2. Корректурная проба – вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 3. Наблюдение за поведением и эмоциональным состоянием.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Я всё замечаю

Цель: развитие концентрации внимания.

Задачи:

- развивать концентрацию внимания;
- развивать наблюдательность;
- развивать зрительное восприятие.

Оборудование: картинки с отличиями, набор предметов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Кто больше увидит».
Основная часть	1. Игра «Кто больше увидит» – участники называют предметы в комнате. 2. Упражнение «Найди отличия» – на двух картинках найти отличия. 3. Игра «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, один меняется местами.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Внимание и переключение

Цель: развитие переключения внимания.

Задачи:

- развивать переключение внимания;
- развивать устойчивость внимания;
- развивать быстроту реакции.

Оборудование: карточки с заданиями, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Зеваки».
Основная часть	1. Игра «Зеваки» – участники идут по кругу, по сигналу «Стоп» останавливаются и поворачиваются. 2. Упражнение «Не пропусти растение» – участники встают, когда слышат название растения. 3. Игра «Светофор» – выполнение действий по сигналам.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Я вижу и слышу

Цель: развитие слухового и зрительного восприятия.

Задачи:

- развивать слуховое восприятие;
- развивать зрительное восприятие;
- развивать внимание.

Оборудование: шумовой набор, карточки, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай, что звучит».
Основная часть	1. Игра «Угадай, что звучит» – определение источника звука. 2. Упражнение «Найди такой же» – поиск пары. 3. Игра «Зеркало» – повторение движений.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Моё пространство

Цель: развитие пространственного восприятия.

Задачи:

- развивать пространственные представления;
- развивать ориентировку в пространстве;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с планами, макет комнаты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Найди на плане».
Основная часть	1. Игра «Найди на плане» – определение местоположения предметов. 2. Упражнение «Слепой и поводырь» – один ведёт другого с закрытыми глазами. 3. Игра «Что где находится?» – определение положения предметов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Мир вокруг меня

Цель: развитие восприятия цвета, формы, величины.

Задачи:

- развивать цветовосприятие;
- развивать восприятие формы;
- развивать восприятие величины.

Оборудование: цветные карточки, геометрические фигуры, предметы разной величины.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Подбери по цвету».
Основная часть	1. Игра «Подбери по цвету» – сортировка по цвету. 2. Игра «Найди форму» – поиск предметов заданной формы. 3. Игра «Разложи по величине» – сортировка по величине.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Диагностика памяти

Цель: диагностика зрительной и слуховой памяти.

Задачи:

- провести методику «10 слов»;
- провести методику «Запомни рисунки»;
- провести наблюдение.

Оборудование: бланки методик, картинки, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов. 2. Методика «Запомни рисунки» – предъявление 10 картинок на 30 секунд. 3. Наблюдение за поведением.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Я запоминаю картинки

Цель: развитие зрительной памяти.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- развивать внимание;
- развивать умение воспроизводить образы.

Оборудование: 10 картинок, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «10 картинок».
Основная часть	1. Игра «10 картинок» – запоминание и воспроизведение. 2. Упражнение «Что поменялось?» – зрительные ряды. 3. Игра «Рисуем по памяти» – рисование по памяти.
Заключительная часть	Рефлексия

Занятие № 11. Я запоминаю слова

Цель: развитие слуховой памяти.

Задачи:

- развивать слуховую память;
- развивать внимание;
- развивать умение удерживать информацию.

Оборудование: карточки со словами, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Послушай и повтори».
Основная часть	1. Игра «Послушай и повтори» – повторение ряда слов. 2. Упражнение «Запомни слова» – запоминание 5–7 слов. 3. Игра «Цепочка слов» – каждый называет слово, следующий повторяет предыдущие и добавляет своё.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Ассоциации помогают

Цель: развитие ассоциативной памяти.

Задачи:

- развивать ассоциативную память;
- развивать воображение;
- развивать умение устанавливать связи.

Оборудование: карточки с картинками, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Мысленные образы».
Основная часть	1. Упражнение «Мысленные образы» – представление предмета и его признаков. 2. Игра «Придумай ассоциацию» – подбор ассоциаций к словам. 3. Упражнение «Запомни пары» – запоминание связанных пар картинок.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Я помню надолго

Цель: развитие долговременной памяти.

Задачи:

- развивать долговременную память;
- развивать умение воспроизводить информацию спустя время;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с заданиями, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Вспомни, что было».
Основная часть	1. Упражнение «Вспомни, что было» – воспроизведение материала прошлых занятий. 2. Игра «День рождения» – запоминание имён и подарков. 3. Упражнение «Расскажи по памяти» – пересказ текста.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Моя память — моя сила

Цель: закрепление приёмов запоминания.

Задачи:

- закреплять приёмы запоминания;
- развивать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих силах.

Оборудование: игра «Мемо», карточки, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Мемо» – поиск парных карточек. 2. Упражнение «Запомни и нарисуй» – рисование по памяти. 3. Тренинг памяти – комплекс упражнений.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Тренировка памяти

Цель: развитие всех видов памяти.

Задачи:

- развивать зрительную, слуховую, ассоциативную память;
- закреплять приёмы запоминания;
- развивать уверенность.

Оборудование: карточки, мяч, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Комплекс игр на память – «10 картинок», «Цепочка слов», «Запомни пары». 2. Упражнение «Что изменилось?». 3. Игра «Снежный ком» (с картинками).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Диагностика памяти (повторная)

Цель: оценка динамики развития памяти.

Задачи:

- провести повторную методику «10 слов»;
- провести повторную методику «Запомни рисунки»;
- сравнить результаты с первичной диагностикой.

Оборудование: бланки методик, картинки, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – повторное проведение. 2. Методика «Запомни рисунки» – повторное проведение. 3. Сравнение результатов, обсуждение динамики.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Я умею думать

Цель: развитие наглядно-действенного мышления.

Задачи:

- развивать наглядно-действенное мышление;
- развивать умение устанавливать закономерности;
- развивать внимание.

Оборудование: набор Фребеля, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Собери фигуру» – сборка фигур по образцу. 2. Упражнение «Продолжи ряд» – продолжение логического ряда. 3. Игра «Что лишнее?» – нахождение лишнего предмета.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Логические цепочки

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- развивать логическое мышление;
- развивать умение устанавливать закономерности;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с логическими цепочками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Логические цепочки» – продолжение цепочки. 2. Игра «Найди закономерность» – поиск закономерности в ряду. 3. Упражнение «Что дальше?» – прогнозирование продолжения.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Причина и следствие

Цель: установление причинно-следственных связей.

Задачи:

- учить устанавливать причинно-следственные связи;
- развивать логическое мышление;
- развивать речь.

Оборудование: сюжетные картинки, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Раньше — сейчас — потом» – установление последовательности. 2. Работа с сюжетными картинками – составление рассказа с объяснением причин. 3. Обсуждение – «Почему это произошло?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Я сравниваю и обобщаю

Цель: развитие операций сравнения и обобщения.

Задачи:

- развивать операции сравнения;
- развивать операции обобщения;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с предметами, картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Разное — одинаковое».
Основная часть	1. Игра «Разное — одинаковое» – сравнение предметов. 2. Игра «Назови одним словом» – обобщение предметов. 3. Упражнение «Найди общее» – поиск общего признака.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Я классифицирую

Цель: развитие операции классификации.

Задачи:

- развивать операцию классификации;
- развивать логическое мышление;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с предметами, классификационные поля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Разложи по группам».
Основная часть	1. Игра «Разложи по группам» – классификация предметов. 2. Упражнение «Классификация предметов и понятий» – распределение по категориям. 3. Обсуждение – «По какому признаку ты разделил?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Я описываю картинку

Цель: развитие связной речи.

Задачи:

- развивать связную речь;
- развивать умение описывать;
- развивать внимание.

Оборудование: сюжетные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Рассказ по картинке» – составление рассказа. 2. Игра «Опиши предмет» – описание предмета по признакам. 3. Обсуждение – «Что ты увидел на картинке?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 23. Я рассказываю историю

Цель: развитие речи и воображения.

Задачи:

- развивать речь;
- развивать воображение;
- развивать творческие способности.

Оборудование: карточки с персонажами, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Придумай историю».
Основная часть	1. Упражнение «Придумай историю» – составление рассказа по карточкам. 2. Игра «Продолжи сказку» – продолжение сказки. 3. Иллюстрирование истории – рисование по сюжету.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 24. Я решаю жизненные задачи

Цель: развитие навыков решения проблем.

Задачи:

- развивать навыки решения проблем;
- развивать логическое мышление;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Разбор жизненных ситуаций» – анализ ситуаций и поиск решений. 2. Групповая дискуссия – обсуждение вариантов. 3. Обсуждение – «Какой вариант лучший?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 25. Я умею рассуждать

Цель: развитие словесно-логического мышления.

Задачи:

- развивать словесно-логическое мышление;
- развивать речь;
- развивать умение рассуждать.

Оборудование: карточки с заданиями, загадки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Почему?» – установление причин. 2. Игра «Кто здесь кто?» – определение по описанию. 3. Загадки – разгадывание загадок с объяснением.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 26. Диагностика мышления и речи

Цель: оценка динамики развития мышления и речи.

Задачи:

- провести методику «Четвёртый лишний»;
- провести методику «Последовательные картинки»;
- сравнить результаты с первичной диагностикой.

Оборудование: бланки методик, картинки, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Методика «Четвёртый лишний» – нахождение лишнего предмета. 2. Методика «Последовательные картинки» – восстановление последовательности. 3. Сравнение результатов, обсуждение динамики.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 27. Диагностика эмоциональной устойчивости

Цель: диагностика уровня жизнеспособности и эмоциональной устойчивости.

Задачи:

- провести шкалу субъективной витальности (SVS);
- провести цветовой тест Люшера;
- провести методику «Самооценка».

Оборудование: бланки методик, цветовой тест Люшера, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Шкала субъективной витальности (SVS) – заполнение опросника. 2. Цветовой тест Люшера – выбор цветов. 3. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) – оценка себя по шкалам.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 28. Мои эмоции

Цель: развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

- развивать умение распознавать эмоции;
- развивать умение выражать эмоции;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Мои эмоции».
Основная часть	1. Упражнение «Мои эмоции» – называние и показ эмоций. 2. Арт-терапия «Моё настроение» – рисование настроения. 3. Этюды на выражение эмоций – радость, грусть, страх, гнев.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 29. Я управляю эмоциями

Цель: формирование навыков управления эмоциями.

Задачи:

- формировать навыки управления эмоциями;
- развивать саморегуляцию;
- развивать стрессоустойчивость.

Оборудование: коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Тренинг «Управление эмоциями» – обсуждение способов. 2. Дыхательные упражнения – «Вдох-выдох», «Квадратное дыхание». 3. Упражнение «Стоп» – тренировка саморегуляции.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 30. Я справляюсь со стрессом

Цель: развитие стрессоустойчивости.

Задачи:

- развивать стрессоустойчивость;
- развивать навыки релаксации;
- развивать саморегуляцию.

Оборудование: коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Мой стресс».
Основная часть	1. Упражнение «Мой стресс» – обсуждение ситуаций стресса. 2. Релаксация под музыку – «На берегу моря». 3. Дыхательные техники – «Подуй на ладошку», «Задуй свечу».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 31. Я понимаю других

Цель: развитие эмпатии и сопереживания.

Задачи:

- развивать эмпатию;
- развивать умение понимать чувства других;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Что чувствует другой?».
Основная часть	1. Упражнение «Что чувствует другой?» – определение эмоций по картинкам. 2. Ролевые игры – проигрывание ситуаций. 3. Игра «Пойми меня» – показ эмоций без слов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 32. Я общаюсь

Цель: развитие коммуникативной культуры.

Задачи:

- развивать коммуникативные навыки;
- развивать умение работать в команде;
- развивать уверенность.

Оборудование: мяч, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Комплимент».
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – обмен добрыми словами. 2. Игра «Мы — команда» – выполнение общего задания. 3. Ролевые игры – «Разговор с одноклассником», «Просьба о помощи».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 33. Я выбираю поведение

Цель: формирование навыков конструктивного поведения.

Задачи:

- формировать навыки конструктивного поведения;
- развивать умение делать выбор;
- развивать ответственность.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Ситуации выбора» – анализ ситуаций и выбор поведения. 2. Групповая дискуссия – обсуждение последствий. 3. Ролевые игры – проигрывание конструктивных вариантов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 34. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (тест Филлипса, SVS, «10 слов»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось?», «Что ты узнал о себе?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – участники рассказывают, что запомнилось, что пригодится в жизни. 4. Рисунок «Мой путь» – участники рисуют свой путь (прошлое, настоящее, будущее).
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

6 класс

Разработана: Головко А.А., Созонов В.С

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 6 класса МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (варианты 1.2, 2.2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2.2);
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Учебно-методического пособия О.Ю. Пискун «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (Новосибирск, 2005);
- Муниципальной программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска» (4–11 классы).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 6 класса **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2, 2.2.2). Возраст участников: 12–13 лет. Численность группы: 6–10 человек.

Шестой класс является этапом дальнейшего развития произвольности, саморегуляции и коммуникативной культуры. У обучающихся с нарушениями слуха в этот период наблюдаются:

- дальнейшее развитие познавательных процессов, но сохраняются трудности концентрации, распределения и переключения внимания;

- необходимость развития логического и критического мышления;
- потребность в развитии коммуникативной культуры, умения выражать и отстаивать своё мнение;
- эмоциональная нестабильность, связанная с подростковым возрастом;
- потребность в развитии самоконтроля и стрессоустойчивости.

Программа направлена на развитие когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей, формирование навыков произвольности, саморегуляции и жизнеспособности.

Актуальность программы

Шестой класс — период активного формирования личности подростка. Для обучающихся с нарушениями слуха этот этап осложнён необходимостью адаптации к увеличивающейся учебной нагрузке, изменениями в межличностных отношениях, развитием самосознания. Своевременная коррекционно-развивающая работа позволяет развить произвольность, саморегуляцию, критическое мышление и коммуникативную культуру, что способствует успешной социализации и сохранению психологического здоровья.

Программа сохраняет коррекционную направленность, основана на игровых формах, визуализации и наглядности, адаптирована под индивидуальные возможности обучающихся.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, визуальных инструкций, замедленного темпа работы);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, карточки);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, упражнения, дискуссии, моделирование ситуаций;
- **Принцип индивидуального и дифференцированного подхода** – учёт индивидуальных особенностей, уровня развития и актуальных трудностей каждого ребёнка;
- **Принцип комплексности** – развитие всех сфер личности: познавательной, эмоционально-волевой, коммуникативной, поведенческой;
- **Принцип концентрического расширения содержания** – логика концентрического расширения содержания 4–7 классов;
- **Принцип безопасности** – создание безопасной, доверительной атмосферы на занятиях.

Цель программы

Создание условий для развития у обучающихся 6 класса с нарушениями слуха когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей; формирование навыков произвольности, саморегуляции, устойчивости к стрессу и адекватных форм поведения; развитие жизнеспособности и способности к конструктивному взаимодействию в коллективе.

Задачи программы

1. Способствовать адаптации и созданию положительной атмосферы в начале года.

2. Развивать внимание, память, мышление и воображение на более сложном материале.
3. Формировать навыки анализа, сравнения, обобщения и аргументации.
4. Развивать коммуникативную культуру, умение выражать и отстаивать своё мнение.
5. Проводить диагностику эмоционального состояния, уровня тревожности и жизнеспособности (динамика).
6. Способствовать формированию самоконтроля, эмоциональной устойчивости и стрессоустойчивости.

Планируемые результаты

По итогам реализации программы предполагается:

- успешное прохождение адаптационного периода;
- развитие концентрации, распределения и переключения внимания;
- укрепление зрительной, слуховой и ассоциативной памяти;
- формирование логического и критического мышления, умения строить рассуждения;
- улучшение речевых навыков, коммуникативной активности и способности к аргументации;
- развитие эмоционального интеллекта и навыков саморегуляции;
- повышение уровня жизнеспособности, устойчивости к стрессу и социальной адаптации.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **34 занятия** (1 раз в неделю по 30 минут).

Программа включает пять основных блоков:

1. Адаптация и вводное занятие (занятие 1) — 1 час.
2. Развитие внимания и восприятия (занятия 2–7) — 6 часов.
3. Развитие памяти (занятия 8–15) — 8 часов.
4. Мышление и речь (занятия 16–25) — 10 часов.
5. Эмоционально-волевая сфера и жизнеспособность (занятия 26–34) — 9 часов.

Каждое занятие строится по структуре: приветствие, разминка, основная часть (упражнения и игры), рефлексия и подведение итогов.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения;
- дидактические игры;
- тренинговые упражнения;
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- коммуникативные упражнения;
- групповые дискуссии;
- ролевые игры;
- релаксационные упражнения;
- диагностические методики.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки, сенсорной комнате) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями-предметниками, классным руководителем, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Горьковая, И. А., Микляева, А. В. Социально-психологические факторы жизнестойкости подростков с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика : монография / И. А. Горьковая, А. В. Микляева. — Санкт-Петербург : Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2019.
3. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
4. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
5. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие / О. Ю. Пискун. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
6. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
7. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
8. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
9. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007.
10. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
11. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5–6 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Школьная тревожность	Тест школьной тревожности Филлипса (адаптированный)	Б. Филлипс (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка уровня и характера школьной тревожности (динамика)
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия (адаптация)	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Адаптированный вариант	Исследование объёма зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, распределения и переключения внимания
Мышление	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации
Мышление	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн (адаптация)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей
Эмоциональная устойчивость	Шкала субъективной витальности (SVS)	Р.М. Райан, К. Фредерик (адаптация)	Оценка уровня жизнеспособности и эмоциональной устойчивости (динамика)
Самооценка	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (мод. Прихожан)	Оценка уровня самооценки и уверенности в себе
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности

Тематический план (34 занятия)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 1. АДАПТАЦИЯ И ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ (занятие 1)					
1	Мы снова вместе	1	Адаптация, создание положительной атмосферы, настрой на работу	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Правила работы в группе. Упражнение «Моё настроение».	Групповая, игровая, беседа
БЛОК 2. РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ И ВОСПРИЯТИЯ (занятия 2–7)					
2	Диагностика внимания и тревожности (динамика)	1	Диагностика динамики тревожности и внимания	Тест Филлипса. Корректурная проба. Сравнение с результатами 5 класса.	Индивидуальная, диагностическая
3	Я всё замечаю	1	Развитие концентрации внимания	Игра «Кто больше увидит». Упражнение «Найди отличия». Игра «Что изменилось?».	Групповая, игровая, упражнение
4	Внимание и переключение	1	Развитие распределения и переключения внимания	Игра «Зеваки». Упражнение «Не пропусти растение». Игра «Светофор».	Групповая, игровая
5	Я вижу и слышу	1	Развитие слухового и зрительного восприятия	Игра «Угадай, что звучит». Упражнение «Найди такой же». Игра «Зеркало».	Групповая, сенсорная игра
6	Моё пространство	1	Развитие пространственного восприятия	Игра «Найди на плане». Упражнение «Слепой и поводырь». Игра «Что где находится?».	Групповая, игровая, практическая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
					работа
7	Мир вокруг меня	1	Развитие восприятия цвета, формы, величины	Игры «Подбери по цвету», «Найди форму», «Разложи по величине».	Групповая, дидактическая игра
БЛОК 3. РАЗВИТИЕ ПАМЯТИ (занятия 8–15)					
8	Диагностика памяти (динамика)	1	Диагностика динамики зрительной и слуховой памяти	Методика «10 слов». Методика «Запомни рисунки». Сравнение с результатами 5 класса.	Индивидуальная, диагностическая
9	Я запоминаю картинки	1	Развитие зрительной памяти	Игра «10 картинок». Упражнение «Что поменялось?». Игра «Рисуем по памяти».	Групповая, игровая, рисование
10	Я запоминаю слова	1	Развитие слуховой памяти	Игра «Послушай и повтори». Упражнение «Запомни слова». Игра «Цепочка слов».	Групповая, игровая
11	Ассоциации помогают	1	Развитие ассоциативной памяти	Упражнение «Мысленные образы». Игра «Придумай ассоциацию». Упражнение «Запомни пары».	Групповая, игровая, упражнение
12	Я помню надолго	1	Развитие смысловой памяти	Упражнение «Смысловые связи». Игра «Запомни по смыслу». Упражнение «Расскажи по памяти».	Групповая, игровая, упражнение
13	Моя память — моя сила	1	Закрепление приёмов запоминания	Игра «Мемо». Упражнение «Запомни и нарисуй». Тренинг	Групповая, игровая, тренинг

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				памяти.	
14	Тренировка памяти	1	Развитие всех видов памяти	Комплекс игр и упражнений на память.	Групповая, игровая
15	Диагностика памяти (повторная)	1	Оценка динамики развития памяти	Методика «10 слов». Методика «Запомни рисунки». Сравнение результатов.	Индивидуальная, диагностическая
БЛОК 4. МЫШЛЕНИЕ И РЕЧЬ (занятия 16–25)					
16	Я умею думать	1	Развитие наглядно-действенного мышления	Упражнения «Собери фигуру», «Продолжи ряд». Игра «Что лишнее?».	Групповая, игровая, упражнение
17	Логические цепочки	1	Развитие логического мышления: классификация	Упражнение «Логические цепочки». Игра «Найди закономерность».	Групповая, игровая
18	Причина и следствие	1	Установление причинно-следственных связей	Упражнение «Раньше — сейчас — потом». Работа с сюжетными картинками.	Групповая, упражнение, работа с картинками
19	Я сравниваю и обобщаю	1	Развитие операций сравнения и обобщения	Игры «Разное — одинаковое», «Назови одним словом». Упражнение «Найди общее».	Групповая, дидактическая игра
20	Я классифицирую	1	Развитие операции классификации	Игра «Разложи по группам». Упражнение «Классификация предметов и понятий».	Групповая, дидактическая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
21	Я описываю картинку	1	Развитие связной речи	Упражнение «Рассказ по картинке». Игра «Опиши предмет».	Групповая, упражнение, беседа
22	Я рассказываю историю	1	Развитие воображения и креативности	Упражнение «Придумай историю». Игра «Продолжи сказку».	Групповая, творческая работа
23	Я решаю жизненные задачи	1	Развитие навыков решения проблем	Упражнение «Разбор жизненных ситуаций». Групповая дискуссия.	Групповая, дискуссия
24	Я умею рассуждать	1	Развитие словесно-логического мышления	Упражнение «Почему?». Игра «Кто здесь кто?». Загадки.	Групповая, игровая, упражнение
25	Диагностика мышления и речи	1	Оценка динамики развития мышления и речи	Методика «Четвёртый лишний». Методика «Последовательные картинки».	Индивидуальная, диагностическая
БЛОК 5. ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ СФЕРА И ЖИЗНЕСПОСОБНОСТЬ (занятия 26–34)					
26	Диагностика эмоциональной устойчивости (динамика)	1	Диагностика динамики жизнеспособности и эмоциональной устойчивости	Шкала субъективной витальности (SVS). Цветовой тест Люшера. Методика «Самооценка».	Индивидуальная, диагностическая
27	Мои эмоции	1	Развитие эмоционального интеллекта: распознавание и выражение	Упражнение «Мои эмоции». Арт-терапия «Моё настроение». Этюды на выражение эмоций.	Групповая, арт-терапия, психогимнастика

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
28	Я управляю эмоциями	1	Формирование навыков саморегуляции и управления стрессом	Тренинг «Управление эмоциями». Дыхательные упражнения. Упражнение «Стоп».	Групповая, тренинг, релаксация
29	Я справляюсь со стрессом	1	Развитие стрессоустойчивости	Упражнение «Мой стресс». Релаксация. Дыхательные техники.	Групповая, релаксация, упражнение
30	Я понимаю других	1	Развитие эмпатии и сопереживания	Упражнение «Что чувствует другой?». Ролевые игры. Игра «Пойми меня».	Групповая, ролевая игра
31	Я общаюсь	1	Развитие коммуникативной культуры	Упражнение «Комплимент». Игра «Мы — команда». Ролевые игры.	Групповая, ролевая игра
32	Я умею аргументировать	1	Формирование навыков аргументации и отстаивания мнения	Упражнение «Моё мнение». Дискуссия. Ролевые игры.	Групповая, дискуссия, ролевая игра
33	Я выбираю поведение	1	Формирование навыков конструктивного поведения	Упражнение «Ситуации выбора». Групповая дискуссия.	Групповая, дискуссия, игровая
34	Итоговое занятие	1	Подведение итогов, рефлексия, самооценка	Повторная диагностика. Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мой путь».	Индивидуальная, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Мы снова вместе

Цель: адаптация, создание положительной атмосферы, настрой на работу.

Задачи:

- создать положительную атмосферу в группе;
- установить правила работы;
- настроить на дальнейшую работу.

Оборудование: мяч, карточки с именами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог приветствует участников, объясняет цели занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты. 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила. 3. Упражнение «Моё настроение» – участники показывают своё настроение.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что тебе понравилось?». Прощание.

Занятие № 2. Диагностика внимания и тревожности (динамика)

Цель: диагностика динамики тревожности и внимания.

Задачи:

- провести тест Филлипса;
- провести корректурную пробу;
- сравнить результаты с 5 классом.

Оборудование: бланки методик, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Тест Филлипса – заполнение опросника. 2. Корректурная проба – вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 3. Сравнение результатов с 5 классом, обсуждение динамики.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 3. Я всё замечаю

Цель: развитие концентрации внимания.

Задачи:

- развивать концентрацию внимания;
- развивать наблюдательность;
- развивать зрительное восприятие.

Оборудование: картинки с отличиями, набор предметов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Кто больше увидит».
Основная часть	1. Игра «Кто больше увидит» – участники называют предметы в комнате. 2. Упражнение «Найди отличия» – на двух картинках найти отличия. 3. Игра «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, один меняется местами.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Внимание и переключение

Цель: развитие распределения и переключения внимания.

Задачи:

- развивать распределение внимания;
- развивать переключение внимания;
- развивать быстроту реакции.

Оборудование: карточки с заданиями, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Зеваки».
Основная часть	1. Игра «Зеваки» – участники идут по кругу, по сигналу «Стоп» останавливаются и поворачиваются. 2. Упражнение «Не пропусти растение» – участники

Этап	Содержание
	встают, когда слышат название растения. 3. Игра «Светофор» – выполнение действий по сигналам.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Я вижу и слышу

Цель: развитие слухового и зрительного восприятия.

Задачи:

- развивать слуховое восприятие;
- развивать зрительное восприятие;
- развивать внимание.

Оборудование: шумовой набор, карточки, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай, что звучит».
Основная часть	1. Игра «Угадай, что звучит» – определение источника звука. 2. Упражнение «Найди такой же» – поиск пары. 3. Игра «Зеркало» – повторение движений.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Моё пространство

Цель: развитие пространственного восприятия.

Задачи:

- развивать пространственные представления;
- развивать ориентировку в пространстве;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с планами, макет комнаты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Найди на плане».
Основная часть	1. Игра «Найди на плане» – определение местоположения предметов.

Этап	Содержание
	2. Упражнение «Слепой и поводырь» – один ведёт другого с закрытыми глазами. 3. Игра «Что где находится?» – определение положения предметов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Мир вокруг меня

Цель: развитие восприятия цвета, формы, величины.

Задачи:

- развивать цветовосприятие;
- развивать восприятие формы;
- развивать восприятие величины.

Оборудование: цветные карточки, геометрические фигуры, предметы разной величины.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Подбери по цвету».
Основная часть	1. Игра «Подбери по цвету» – сортировка по цвету. 2. Игра «Найди форму» – поиск предметов заданной формы. 3. Игра «Разложи по величине» – сортировка по величине.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Диагностика памяти (динамика)

Цель: диагностика динамики зрительной и слуховой памяти.

Задачи:

- провести методику «10 слов»;
- провести методику «Запомни рисунки»;
- сравнить результаты с 5 классом.

Оборудование: бланки методик, картинки, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов. 2. Методика «Запомни рисунки» – предъявление 10 картинок на 30 секунд. 3. Сравнение результатов с 5 классом, обсуждение динамики.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Я запоминаю картинки

Цель: развитие зрительной памяти.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- развивать внимание;
- развивать умение воспроизводить образы.

Оборудование: 10 картинок, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «10 картинок».
Основная часть	1. Игра «10 картинок» – запоминание и воспроизведение. 2. Упражнение «Что поменялось?» – зрительные ряды. 3. Игра «Рисуем по памяти» – рисование по памяти.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Я запоминаю слова

Цель: развитие слуховой памяти.

Задачи:

- развивать слуховую память;
- развивать внимание;
- развивать умение удерживать информацию.

Оборудование: карточки со словами, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Послушай и повтори».

Этап	Содержание
Основная часть	1. Игра «Послушай и повтори» – повторение ряда слов. 2. Упражнение «Запомни слова» – запоминание 5–7 слов. 3. Игра «Цепочка слов» – каждый называет слово, следующий повторяет предыдущие и добавляет своё.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Ассоциации помогают

Цель: развитие ассоциативной памяти.

Задачи:

- развивать ассоциативную память;
- развивать воображение;
- развивать умение устанавливать связи.

Оборудование: карточки с картинками, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Мысленные образы».
Основная часть	1. Упражнение «Мысленные образы» – представление предмета и его признаков. 2. Игра «Придумай ассоциацию» – подбор ассоциаций к словам. 3. Упражнение «Запомни пары» – запоминание связанных пар картинок.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Я помню надолго

Цель: развитие смысловой памяти.

Задачи:

- развивать смысловую память;
- развивать умение устанавливать смысловые связи;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с заданиями, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Упражнение «Смысловые связи».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Упражнение «Смысловые связи» – установление смысловых связей между словами. 2. Игра «Запомни по смыслу» – запоминание слов через смысловые связи. 3. Упражнение «Расскажи по памяти» – пересказ текста.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Моя память — моя сила

Цель: закрепление приёмов запоминания.

Задачи:

- закреплять приёмы запоминания;
- развивать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих силах.

Оборудование: игра «Мемо», карточки, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Мемо» – поиск парных карточек. 2. Упражнение «Запомни и нарисуй» – рисование по памяти. 3. Тренинг памяти – комплекс упражнений.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Тренировка памяти

Цель: развитие всех видов памяти.

Задачи:

- развивать зрительную, слуховую, ассоциативную память;
- закреплять приёмы запоминания;
- развивать уверенность.

Оборудование: карточки, мяч, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Комплекс игр на память – «10 картинок», «Цепочка слов», «Запомни пары». 2. Упражнение «Что изменилось?». 3. Игра «Снежный ком» (с картинками).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Диагностика памяти (повторная)

Цель: оценка динамики развития памяти.

Задачи:

- провести повторную методику «10 слов»;
- провести повторную методику «Запомни рисунки»;
- сравнить результаты с первичной диагностикой.

Оборудование: бланки методик, картинки, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – повторное проведение. 2. Методика «Запомни рисунки» – повторное проведение. 3. Сравнение результатов, обсуждение динамики.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Я умею думать

Цель: развитие наглядно-действенного мышления.

Задачи:

- развивать наглядно-действенное мышление;
- развивать умение устанавливать закономерности;
- развивать внимание.

Оборудование: набор Фребеля, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Собери фигуру» – сборка фигур по образцу. 2. Упражнение «Продолжи ряд» – продолжение логического ряда. 3. Игра «Что лишнее?» – нахождение лишнего предмета.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Логические цепочки

Цель: развитие логического мышления: классификация.

Задачи:

- развивать логическое мышление;
- развивать умение классифицировать;
- развивать внимание.

Оборудование: карточки с логическими цепочками, классификационные поля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Логические цепочки» – продолжение цепочки. 2. Игра «Найди закономерность» – поиск закономерности в ряду. 3. Упражнение «Разложи по группам» – классификация предметов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Причина и следствие

Цель: установление причинно-следственных связей.

Задачи:

- учить устанавливать причинно-следственные связи;
- развивать логическое мышление;
- развивать речь.

Оборудование: сюжетные картинки, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Раньше — сейчас — потом» – установление последовательности. 2. Работа с сюжетными картинками – составление рассказа с объяснением причин. 3. Обсуждение – «Почему это произошло?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Я сравниваю и обобщаю

Цель: развитие операций сравнения и обобщения.

Задачи:

- развивать операции сравнения;
- развивать операции обобщения;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с предметами, картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Разное — одинаковое».
Основная часть	1. Игра «Разное — одинаковое» – сравнение предметов. 2. Игра «Назови одним словом» – обобщение предметов. 3. Упражнение «Найди общее» – поиск общего признака.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Я классифицирую

Цель: развитие операции классификации.

Задачи:

- развивать операцию классификации;
- развивать логическое мышление;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с предметами, классификационные поля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Разложи по группам».
Основная часть	1. Игра «Разложи по группам» – классификация предметов. 2. Упражнение «Классификация предметов и понятий» – распределение по категориям. 3. Обсуждение – «По какому признаку ты разделил?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Я описываю картинку

Цель: развитие связной речи.

Задачи:

- развивать связную речь;
- развивать умение описывать;
- развивать внимание.

Оборудование: сюжетные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Рассказ по картинке» – составление рассказа. 2. Игра «Опиши предмет» – описание предмета по признакам. 3. Обсуждение – «Что ты увидел на картинке?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Я рассказываю историю

Цель: развитие воображения и креативности.

Задачи:

- развивать воображение;
- развивать креативность;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с персонажами, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Придумай историю».
Основная часть	1. Упражнение «Придумай историю» – составление рассказа по карточкам. 2. Игра «Продолжи сказку» – продолжение сказки. 3. Иллюстрирование истории – рисование по сюжету.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 23. Я решаю жизненные задачи

Цель: развитие навыков решения проблем.

Задачи:

- развивать навыки решения проблем;
- развивать логическое мышление;
- развивать речь.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Разбор жизненных ситуаций» – анализ ситуаций и поиск решений. 2. Групповая дискуссия – обсуждение вариантов. 3. Обсуждение – «Какой вариант лучший?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 24. Я умею рассуждать

Цель: развитие словесно-логического мышления.

Задачи:

- развивать словесно-логическое мышление;
- развивать речь;
- развивать умение рассуждать.

Оборудование: карточки с заданиями, загадки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Почему?» – установление причин. 2. Игра «Кто здесь кто?» – определение по описанию. 3. Загадки – разгадывание загадок с объяснением.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 25. Диагностика мышления и речи

Цель: оценка динамики развития мышления и речи.

Задачи:

- провести методику «Четвёртый лишний»;
- провести методику «Последовательные картинки»;
- сравнить результаты с первичной диагностикой.

Оборудование: бланки методик, картинки, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Методика «Четвёртый лишний» – нахождение лишнего предмета. 2. Методика «Последовательные картинки» – восстановление последовательности. 3. Сравнение результатов, обсуждение динамики.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 26. Диагностика эмоциональной устойчивости (динамика)

Цель: диагностика динамики жизнеспособности и эмоциональной устойчивости.

Задачи:

- провести шкалу субъективной витальности (SVS);
- провести цветовой тест Люшера;
- провести методику «Самооценка»;
- сравнить с результатами 5 класса.

Оборудование: бланки методик, цветовой тест Люшера, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Шкала субъективной витальности (SVS) – заполнение опросника. 2. Цветовой тест Люшера – выбор цветов. 3. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) – оценка себя по шкалам. 4. Сравнение результатов с 5 классом, обсуждение динамики.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 27. Мои эмоции

Цель: развитие эмоционального интеллекта: распознавание и выражение.

Задачи:

- развивать умение распознавать эмоции;
- развивать умение выражать эмоции;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Мои эмоции».
Основная часть	1. Упражнение «Мои эмоции» – называние и показ эмоций. 2. Арт-терапия «Моё настроение» – рисование настроения. 3. Этюды на выражение эмоций – радость, грусть, страх, гнев.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 28. Я управляю эмоциями

Цель: формирование навыков саморегуляции и управления стрессом.

Задачи:

- формировать навыки управления эмоциями;
- развивать саморегуляцию;
- развивать стрессоустойчивость.

Оборудование: коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Тренинг «Управление эмоциями» – обсуждение способов. 2. Дыхательные упражнения – «Вдох-выдох», «Квадратное дыхание». 3. Упражнение «Стоп» – тренировка саморегуляции.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 29. Я справляюсь со стрессом

Цель: развитие стрессоустойчивости.

Задачи:

- развивать стрессоустойчивость;
- развивать навыки релаксации;
- развивать саморегуляцию.

Оборудование: коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Мой стресс».
Основная часть	1. Упражнение «Мой стресс» – обсуждение ситуаций стресса. 2. Релаксация под музыку – «На берегу моря». 3. Дыхательные техники – «Подуй на ладошку», «Задуй свечу».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 30. Я понимаю других

Цель: развитие эмпатии и сопереживания.

Задачи:

- развивать эмпатию;
- развивать умение понимать чувства других;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Что чувствует другой?».
Основная часть	1. Упражнение «Что чувствует другой?» – определение эмоций по картинкам. 2. Ролевые игры – проигрывание ситуаций. 3. Игра «Пойми меня» – показ эмоций без слов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 31. Я общаюсь

Цель: развитие коммуникативной культуры.

Задачи:

- развивать коммуникативные навыки;
- развивать умение работать в команде;
- развивать уверенность.

Оборудование: мяч, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Комплимент».
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – обмен добрыми словами. 2. Игра «Мы — команда» – выполнение общего задания. 3. Ролевые игры – «Разговор с одноклассником», «Просьба о помощи».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 32. Я умею аргументировать

Цель: формирование навыков аргументации и отстаивания мнения.

Задачи:

- формировать навыки аргументации;
- развивать умение отстаивать своё мнение;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Упражнение «Моё мнение».
Основная часть	1. Упражнение «Моё мнение» – формулирование и аргументация своей позиции. 2. Дискуссия – обсуждение спорных вопросов. 3. Ролевые игры – «Убеди друга», «Отстои своё мнение».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 33. Я выбираю поведение

Цель: формирование навыков конструктивного поведения.

Задачи:

- формировать навыки конструктивного поведения;
- развивать умение делать выбор;
- развивать ответственность.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Ситуации выбора» – анализ ситуаций и выбор поведения. 2. Групповая дискуссия – обсуждение последствий. 3. Ролевые игры – проигрывание конструктивных вариантов.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 34. Итоговое занятие: рефлексия и самооценка

Цель: подведение итогов, рефлексия, самооценка.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (тест Филлипса, SVS, «10 слов»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось?», «Что ты узнал о себе?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – участники рассказывают, что запомнилось, что пригодится в жизни. 4. Рисунок «Мой путь» – участники рисуют свой путь (прошлое, настоящее, будущее).
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

7 класс

Разработана: Головко А.А., Созонов В.С

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 7 класса МКОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (ФГОС ООО, с изменениями 2026 г.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Муниципальной программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска»;
- Учебно-методического пособия: Пискун О.Ю. «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (НГПУ, 2005).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 7 класса со **сложной структурой дефекта**. Подростковый возраст (13–14 лет) является сенситивным периодом для формирования **самосознания, личностной идентичности, эмоционально-волевой регуляции и коммуникативной компетентности**.

У обучающихся с нарушениями слуха в этом возрасте сохраняются трудности в понимании и выражении эмоций, в установлении причинно-следственных связей в

социальных ситуациях, в саморегуляции и стрессоустойчивости, в построении конструктивного диалога и разрешении конфликтов.

Особое внимание в 7 классе уделяется **развитию жизнеспособности, саморегуляции, стрессоустойчивости и коммуникативной культуры**, поскольку эти сферы являются основой успешной социализации и личностного роста на последующих этапах обучения.

Актуальность программы

Современные требования к образованию детей с ОВЗ ориентируют педагога-психолога на **формирование жизненных компетенций**, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию в быстро меняющемся мире. В подростковом возрасте особенно важно развивать навыки саморегуляции и стрессоустойчивости, формировать позитивную самооценку и жизненные цели, обучать конструктивному разрешению конфликтов, развивать эмпатию и коммуникативную культуру, укреплять когнитивные процессы (внимание, память, мышление, речь) на более сложном материале.

Программа построена с учётом **концентрического расширения содержания** 4–7 классов и адаптирована под 34 часа (1 занятие в неделю).

Цель программы

Создание условий для развития у обучающихся 7 класса с нарушениями слуха **когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей**; формирование навыков **саморегуляции, устойчивости к стрессу, адекватных форм поведения и конструктивного взаимодействия**; развитие **жизнеспособности и личностной идентичности**.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–4):

1. Способствовать адаптации в начале учебного года, созданию благоприятной атмосферы в группе.
2. Провести первичную диагностику эмоционального состояния, уровня тревожности, самооценки и учебной мотивации.
3. Провести диагностику зрительной и слуховой памяти, внимания, мышления.
4. Оценить уровень коммуникативных навыков и адаптированности.
5. Определить зоны ближайшего развития и индивидуальные коррекционно-развивающие маршруты.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 5–34):

1. **Развитие внимания и восприятия:** формирование концентрации, устойчивости и переключения внимания; развитие зрительного и слухового восприятия; совершенствование пространственных и временных представлений.
2. **Развитие памяти:** укрепление оперативной, ассоциативной, смысловой и зрительной памяти; обучение приёмам запоминания; увеличение объёма вербальной и невербальной памяти.
3. **Развитие мышления, воображения и речи:** формирование логического и критического мышления; развитие операций анализа, синтеза, классификации и обобщения; развитие связной речи, умения аргументировать и дискутировать.
4. **Развитие эмоционально-волевой сферы и жизнеспособности:** формирование навыков саморегуляции и стрессоустойчивости; снижение эмоционального

напряжения; развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека; обучение ауторелаксации и выразительным движениям; развитие эмпатии и коммуникативной культуры; формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов; становление позитивной самооценки и жизненных целей.

5. **Развитие коммуникативных навыков:** формирование навыков сотрудничества и работы в группе; развитие умения слушать и слышать; формирование терпимости к мнению собеседника.

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа — получение полных данных об уровне развития каждого подростка, определение индивидуальных маршрутов коррекции.

По итогам коррекционно-развивающего этапа — у семиклассников предполагается формирование следующих умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- развитие концентрации, устойчивости и распределения внимания;
- укрепление памяти (оперативной, ассоциативной, смысловой);
- формирование логического и критического мышления, воображения;
- развитие речевых навыков, умения аргументировать и дискутировать.

В эмоционально-волевой сфере:

- формирование саморегуляции и стрессоустойчивости;
- снижение эмоционального напряжения;
- развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека;
- обучение ауторелаксации и выразительным движениям.

В коммуникативной сфере:

- развитие навыков решения конфликтов и умения сотрудничать;
- формирование эмпатии и взаимоприятия;
- становление позитивной самооценки и жизненной позиции.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
    - Занятие 1 — адаптационное занятие, настрой на работу, групповые правила;
    - Занятие 2 — первичная диагностика (тест Филлипса, «Лесенка», анкета Лускановой);
    - Занятие 3 — диагностика памяти (динамика);
    - Занятие 4 — диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.
- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития когнитивной, эмоционально-волевой, коммуникативной и личностной сфер каждого подростка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. Развитие внимания и восприятия (занятия 5–8).
2. Развитие памяти (занятия 9–14).
3. Мышление, воображение и речь (занятия 15–24).
4. Эмоционально-волевая сфера и жизнеспособность (занятия 25–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения (концентрация, переключение внимания);
- тренинговые упражнения (саморегуляция, стрессоустойчивость);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- ролевые игры (разрешение конфликтов, эмпатия);
- групповые дискуссии (анализ жизненных ситуаций, выбор решений);
- релаксационные упражнения (дыхательные, мышечные);
- диагностические методики (тесты, анкеты, наблюдение);
- работа с текстами, таблицами, схемами.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 280 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.

7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.
24. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
25. Ахутина, Т. В., Пылаева, Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.
26. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2025. — 288 с.
27. Дмитриева, Е. Е. Коммуникативное развитие детей с ОВЗ: теория и практика. — М. : Юрайт, 2024. — 215 с.
28. Кузнецова, Л. В. Сенсорная интеграция в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. — М. : Владос, 2025. — 198 с.
29. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — 2-е изд. — СПб. : Речь, 2024. — 400 с.
30. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Типология отклоняющегося развития: модель анализа и её использование в практической деятельности. — 4-е изд. — М. : Генезис, 2025. — 368 с.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Внимание	Корректурная проба (буквенный вариант)	Тест Бурдона	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания, темпа работы
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания, утомляемости, сохранности следов памяти
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации на наглядном материале
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей, способности к логическому умозаключению
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд»	А.З. Зак	Выявление способности выявлять закономерности и осуществлять перенос способа действия
Мышление (классификация)	Лото Когана	Адаптированный вариант (Н.Я. Семаго)	Оценка уровня развития классификационных операций, умения выделять одновременно

Сфера	Методика	Источник	Цель
			два признака
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки, дифференциации «хороший — плохой»
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации	Н.Г. Лусканова	Определение доминирующего типа мотивации (учебная, игровая, социальная, внешняя)
Эмоциональная сфера	Тест школьной тревожности Филлипса	Б. Филлипс	Диагностика уровня и характера тревожности, связанной со школой
Жизнеспособность	Тест витальности (ИТО)	Муниципальная программа	Оценка уровня жизнеспособности, эмоциональной устойчивости
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков, умения взаимодействовать со сверстниками и взрослыми
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня адаптированности, выявление признаков дезадаптации

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	**Настрой на год: мы вместе**	1	Адаптация в начале учебного года. Установление групповых правил. Диагностика эмоционального состояния.	Игровые упражнения на знакомство и сплочение. Групповая работа. Беседа о правилах группы.	Групповая, игровая, беседа
2	**Познай себя: первичная диагностика**	1	Первичная диагностика тревожности, самооценки, учебной мотивации.	Тест Филлипса, «Лесенка», анкета Лускановой.	Индивидуальная, диагностическая
3	**Мой внутренний мир: диагностика памяти**	1	Диагностика зрительной и слуховой памяти.	«10 слов», «Запомни рисунки».	Индивидуальная, диагностическая
4	**Я и мой класс: диагностика общения**	1	Диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.	Наблюдение в игровой и учебной деятельности, беседа с учителем.	Групповая, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					
Раздел 1. Развитие внимания и восприятия (занятия 5–8)					
5	**Внимание: тренируем концентрацию**	1	Развитие концентрации и устойчивости внимания.	Корректурная проба, «Найди отличия», «Ч то изменилось?».	Индивидуальная, групповая, игровая
6	**Переключение внимания:**	1	Развитие переключения и	«Слушай сигнал»,	Групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	гибкость ума		распределения внимания.	«Запрещённое движение», «Два дела».	игровая
7	**Восприятие: мир в деталях**	1	Развитие зрительного и слухового восприятия.	«Угадай по звуку», «Найди пару», «Что лишнее?».	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
8	**Пространство и время: ориентируемся**	1	Развитие пространственных и временных представлений.	«Графический диктант», «Вчера — сегодня — завтра».	Индивидуальная, практическая работа
Раздел 2. Развитие памяти (занятия 9–14)					
9	**Память: запоминаем и воспроизводим**	1	Диагностика и развитие слуховой памяти.	«10 слов», «Запомни и повтори».	Индивидуальная, групповая
10	**Зрительная память: фотографируем**	1	Развитие зрительной памяти.	«Запомни рисунки», «Мемо», «Что изменилось?».	Индивидуальная, групповая, игровая
11	**Ассоциативная память: связи и образы**	1	Развитие ассоциативной памяти.	«Пары слов», «Ассоциации», «Цепочка».	Индивидуальная, групповая, игровая
12	**Смысловая память: понимаем и запоминаем**	1	Развитие смысловой памяти.	«Пересказ по плану», «Смысловые пары».	Индивидуальная, групповая
13	**Оперативная память: держим в уме**	1	Развитие оперативной памяти.	«Считаем и запоминаем»,	Индивидуальная, групповая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				«Двойное задание».	
14	**Память в жизни: тренинг**	1	Закрепление навыков запоминания.	Комплексные упражнения на все виды памяти.	Индивидуальная, групповая
Раздел 3. Мышление, воображение и речь (занятия 15–24)					
15	**Логическое мышление: решаем задачи**	1	Развитие логического мышления.	Логические задачи, «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».	Индивидуальная, групповая, игровая
16	**Классификация: порядок в голове**	1	Развитие операций классификации и обобщения.	«Разложи по группам», «Назови одним словом».	Индивидуальная, групповая, дидактическая игра
17	**Причинно-следственные связи: почему?**	1	Развитие понимания причинно-следственных связей.	«Установи последовательность», «Что будет, если...».	Индивидуальная, групповая, беседа
18	**Воображение: творческие задания**	1	Развитие воображения и фантазии.	«Нарисуй несуществующее», «Придумай историю».	Индивидуальная, групповая, творческая
19	**Критическое мышление: анализируем**	1	Развитие критического мышления.	«Правда или ложь?», «Найди ошибку».	Индивидуальная, групповая, дискуссия
20	**Речь: говорим и аргументируем**	1	Развитие речевых навыков, умения аргументировать.	«Докажи свою точку зрения», «Дебаты».	Групповая, дискуссия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
21	**Коммуникативные навыки: работа в группе**	1	Развитие навыков сотрудничества.	«Построй башню», «Рисунок по кругу».	Групповая, коллективная
22	**Рефлексия: анализ жизненных ситуаций**	1	Развитие навыков анализа и выбора решений.	«Кейс-стади», «Что бы ты сделал?».	Групповая, дискуссия
23	**Творческий проект: я и мой мир**	1	Развитие творческого мышления и самовыражения.	Создание коллажа, рисунка, истории.	Индивидуальная, творческая
24	**Итоги раздела: что мы узнали?**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Групповая, игровая
Раздел 4. Эмоционально-волевая сфера и жизнеспособность (занятия 25–34)					
25	**Эмоции и самооценка: я — это я**	1	Развитие самопознания и позитивной самооценки.	Арт-терапия, «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, групповая, арт-терапия
26	**Саморегуляция: управляем эмоциями**	1	Обучение приёмам саморегуляции.	Дыхательные упражнения, «Насос и мяч».	Групповая, тренинг
27	**Стресс и как с ним справляться**	1	Формирование стрессоустойчивости.	«Мои ресурсы», релаксация.	Групповая, тренинг
28	**Эмпатия: понимаем другого**	1	Развитие эмпатии и сопереживания.	Ролевые игры, «Что чувствует герой?».	Групповая, ролевая игра
29	**Разрешение конфликтов: ищем решение**	1	Обучение конструктивному разрешению конфликтов.	«Я-сообщения», «Медиация».	Групповая, ролевая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
30	**Жизненные цели: куда я иду?**	1	Формирование жизненных целей и планов.	«Карта желаний», «Мои цели».	Индивидуальная, творческая
31	**Ответственный выбор: принимаем решения**	1	Формирование навыков ответственного выбора.	«Кейсы», «Плюсы и минусы».	Групповая, дискуссия
32	**Мои ресурсы: что мне помогает?**	1	Развитие жизнеспособности.	«Копилка ресурсов», релаксация.	Индивидуальная, групповая
33	**Итоговое занятие: саморефлексия**	1	Подведение итогов года. Диагностика динамики.	Анкета, беседа, рефлексия.	Индивидуальная, групповая
34	**Заключительное занятие: планы на будущее**	1	Завершение программы. Постановка целей на следующий год.	«Письмо себе в будущее», обсуждение.	Индивидуальная, групповая

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Настрой на год: мы вместе

Цель: адаптация в начале учебного года, установление групповых правил, диагностика эмоционального состояния.

Задачи:

- создать благоприятную атмосферу в группе;
- познакомить участников с целями и задачами занятий;
- выработать групповые правила;
- провести первичную беседу об эмоциональном состоянии.

Оборудование: мяч, ватман, маркеры, карточки с эмоциями, бланки для диагностики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Назови имя с эмоцией» — каждый называет своё имя и показывает эмоцию (радость, удивление, спокойствие).
Основная часть	1. Беседа о целях занятий: «Что мы будем делать на наших встречах?». 2. Выработка групповых правил (говорить по очереди, слушать друг друга, уважать мнение). 3. Игра «Передай мяч с эмоцией» — передача мяча по кругу с показом эмоции. 4. Беседа об эмоциональном состоянии: «Какое у тебя настроение сегодня?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось сегодня?». Прощание.

Занятие № 2. Познай себя: первичная диагностика

Цель: первичная диагностика тревожности, самооценки, учебной мотивации.

Задачи:

- провести тест школьной тревожности Филлипса;
- провести методику «Лесенка»;
- провести анкету для оценки школьной мотивации (Н.Г. Лусканова);
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки теста Филлипса, бланки «Лесенка», анкеты Лускановой, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы поиграем и узнаем, как ты чувствуешь себя в школе».
Основная часть	1. Тест школьной тревожности Филлипса (индивидуально

Этап	Содержание
	или в группе). 2. Методика «Лесенка» — ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 3. Анкета для оценки школьной мотивации (Н.Г. Лусканова). 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было интересно?». Прощание.

Занятие № 3. Мой внутренний мир: диагностика памяти

Цель: диагностика зрительной и слуховой памяти.

Задачи:

- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Запомни рисунки» (адаптированный вариант);
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки для «10 слов», карточки с рисунками, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы проверим, как ты умеешь запоминать».
Основная часть	1. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. Методика «Запомни рисунки» — предъявление 10 предметных картинок, ребёнок запоминает, затем воспроизводит по памяти. 3. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче запомнить — слова или картинки?». Прощание.

Занятие № 4. Я и мой класс: диагностика общения

Цель: диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.

Задачи:

- провести диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности;
- провести беседу с учителем;
- зафиксировать результаты в протоколах;
- уточнить индивидуальные маршруты коррекции.

Оборудование: листы наблюдения, протоколы, карточки для игровых ситуаций.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на совместную работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Игровая ситуация «Мы вместе» — совместное выполнение задания (построение башни, рисунок по кругу). 2. Наблюдение за взаимодействием: умение договариваться, слушать, уступать. 3. Беседа с учителем об особенностях общения и адаптации каждого ребёнка. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко? Что трудно?». Прощание.

Занятие № 5. Внимание: тренируем концентрацию

Цель: развитие концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- тренировать способность удерживать внимание на задании;
- развивать умение замечать детали;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: корректурные бланки, картинки «Найди отличия», набор предметов для игры «Что изменилось?».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал» — хлопок, топот, молчание.
Основная часть	1. Корректурная проба (буквенный вариант) — вычёркивание заданной буквы за 3 минуты. 2. «Найди отличия» — сравнение двух картинок. 3. «Что изменилось?» — на столе 7–8 предметов, дети запоминают, затем находят изменения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 6. Переключение внимания: гибкость ума

Цель: развитие переключения и распределения внимания.

Задачи:

- учить переключаться с одного вида деятельности на другой;
- развивать способность распределять внимание;
- тренировать гибкость мышления.

Оборудование: карточки с заданиями, мяч, музыкальное сопровождение.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Запрещённое движение» — повторяй всё, кроме запрещённого.
Основная часть	1. «Слушай сигнал» — на один сигнал — присесть, на другой — встать. 2. «Два дела» — одновременно рисовать и слушать слова. 3. «Переключись» — по команде менять вид деятельности.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе переключаться?». Прощание.

Занятие № 7. Восприятие: мир в деталях

Цель: развитие зрительного и слухового восприятия.

Задачи:

- развивать умение различать звуки и зрительные образы;
- учить находить пары и лишние объекты;
- формировать навык анализа.

Оборудование: аудиозаписи звуков, карточки «Найди пару», набор предметных картинок.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай по звуку» — определение источника звука.
Основная часть	1. «Найди пару» — соотнесение картинок по признаку. 2. «Что лишнее?» — нахождение лишнего объекта в ряду. 3. «Опиши предмет» — по вопросам (форма, цвет, размер).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие звуки тебе было легче узнавать?». Прощание.

Занятие № 8. Пространство и время: ориентируемся

Цель: развитие пространственных и временных представлений.

Задачи:

- учить ориентироваться в пространстве (лево-право, вверху-внизу);
- развивать временные представления (вчера, сегодня, завтра);
- тренировать зрительно-моторную координацию.

Оборудование: бланки «Графический диктант», карточки с временными последовательностями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Где правая рука?».
Основная часть	1. «Графический диктант» — рисование по клеткам под диктовку. 2. «Вчера — сегодня — завтра» — раскладывание карточек по порядку. 3. «Найди предмет» — поиск предмета по инструкции (вверху, внизу, слева, справа).
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 9. Память: запоминаем и воспроизводим

Цель: диагностика и развитие слуховой памяти.

Задачи:

- тренировать слуховую память;
- учить использовать приёмы запоминания;
- развивать объём памяти.

Оборудование: бланки для «10 слов», карточки со словами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Повтори за мной» — повторение цепочки слов.
Основная часть	1. «10 слов» — зачитывание, воспроизведение. 2. «Запомни и повтори» — повторение ряда слов в обратном порядке. 3. «Цепочка» — каждый называет слово, следующий повторяет предыдущие и добавляет своё.
Заключительная часть	Рефлексия: «Сколько слов ты запомнил?». Прощание.

Занятие № 10. Зрительная память: фотографируем

Цель: развитие зрительной памяти.

Задачи:

- тренировать зрительную память;
- учить запоминать расположение предметов;
- развивать наблюдательность.

Оборудование: карточки «Запомни рисунки», игра «Мемо», набор предметов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что изменилось?».
Основная часть	1. «Запомни рисунки» — предъявление 10 картинок, воспроизведение. 2. «Мемо» — поиск парных картинок. 3. «Фотограф» — запоминание расположения предметов на столе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе легче запомнить — картинки или слова?». Прощание.

Занятие № 11. Ассоциативная память: связи и образы

Цель: развитие ассоциативной памяти.

Задачи:

- учить создавать ассоциации для запоминания;
- развивать образное мышление;
- тренировать память через связи.

Оборудование: карточки «Пары слов», листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Ассоциации» — назови слово, которое вспоминается.
Основная часть	1. «Пары слов» — запоминание пар через ассоциации. 2. «Ассоциативные цепочки» — составление цепочки слов. 3. «Нарисуй ассоциацию» — рисование образа к слову.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие ассоциации помогли тебе запомнить?». Прощание.

Занятие № 12. Смысловая память: понимаем и запоминаем

Цель: развитие смысловой памяти.

Задачи:

- учить запоминать через понимание смысла;
- развивать умение пересказывать;
- тренировать логическую память.

Оборудование: тексты для пересказа, карточки «Смысловые пары».

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Закончи предложение».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. «Смысловые пары» — соотнесение слов по смыслу. 2. «Пересказ по плану» — чтение текста, составление плана, пересказ. 3. «Главная мысль» — выделение главного в тексте.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогло тебе запомнить текст?». Прощание.

Занятие № 13. Оперативная память: держим в уме

Цель: развитие оперативной памяти.

Задачи:

- тренировать удержание информации в уме;
- развивать способность к одновременному выполнению заданий;
- укреплять произвольное внимание.

Оборудование: карточки с заданиями, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Считаем и запоминаем».
Основная часть	1. «Считаем и запоминаем» — считать и запоминать слова. 2. «Двойное задание» — слушать и рисовать. 3. «Держи в уме» — запомнить и повторить через несколько заданий.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым сложным?». Прощание.

Занятие № 14. Память в жизни: тренинг

Цель: закрепление навыков запоминания.

Задачи:

- обобщить приёмы запоминания;
- тренировать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры «Мемо», «Запомни пары».

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Вспомни и назови».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Комплексные упражнения на все виды памяти. 2. «Мемо» — игра на зрительную память. 3. «Запомни пары» — игра на ассоциативную память. 4. «Пересказ» — смысловая память.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вид памяти у тебя самый сильный?». Прощание.

Занятие № 15. Логическое мышление: решаем задачи

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- учить решать логические задачи;
- развивать операции анализа и синтеза;
- тренировать умение устанавливать закономерности.

Оборудование: логические задачи, карточки «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».
Основная часть	1. «Четвёртый лишний» — нахождение лишнего с объяснением. 2. «Продолжи ряд» — выявление закономерности. 3. Логические задачи — решение задач на смекалку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая задача была самой интересной?». Прощание.

Занятие № 16. Классификация: порядок в голове

Цель: развитие операций классификации и обобщения.

Задачи:

- учить классифицировать по существенным признакам;
- развивать умение обобщать в слове;
- формировать навык аргументации.

Оборудование: карточки с предметами, классификационные поля.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Назови одним словом».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. «Разложи по группам» — классификация по заданному основанию. 2. «Назови одним словом» — обобщение. 3. «Почему так?» — объяснение основания классификации.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая группа была самой трудной?». Прощание.

Занятие № 17. Причинно-следственные связи: почему?

Цель: развитие понимания причинно-следственных связей.

Задачи:

- учить устанавливать последовательность событий;
- развивать умение прогнозировать;
- тренировать логическое мышление.

Оборудование: серии сюжетных картинок, карточки «Что будет, если...».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что сначала, что потом?».
Основная часть	1. «Установи последовательность» — раскладывание картинок по порядку. 2. «Что будет, если...» — прогнозирование последствий. 3. «Почему это произошло?» — поиск причины.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 18. Воображение: творческие задания

Цель: развитие воображения и фантазии.

Задачи:

- развивать творческое воображение;
- учить создавать новые образы;
- формировать навык самовыражения.

Оборудование: листы, карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «На что похоже?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Нарисуй несуществующее животное» — творческое задание. 2. «Придумай историю» — сочинение рассказа. 3. «Дорисуй» — завершение незаконченного рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 19. Критическое мышление: анализируем

Цель: развитие критического мышления.

Задачи:

- учить анализировать информацию;
- развивать умение отличать правду от лжи;
- формировать навык аргументации.

Оборудование: карточки «Правда или ложь?», тексты с ошибками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Верю — не верю».
Основная часть	1. «Правда или ложь?» — анализ утверждений. 2. «Найди ошибку» — поиск ошибок в тексте. 3. «Докажи» — аргументация своей точки зрения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым сложным?». Прощание.

Занятие № 20. Речь: говорим и аргументируем

Цель: развитие речевых навыков, умения аргументировать.

Задачи:

- развивать связную речь;
- учить выражать свою точку зрения;
- тренировать навык дискуссии.

Оборудование: карточки с темами для дискуссии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Докажи свою точку зрения» — упражнение на аргументацию. 2. «Дебаты» — обсуждение спорной темы.

Этап	Содержание
	3. «Расскажи историю» — составление связного рассказа.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 21. Коммуникативные навыки: работа в группе

Цель: развитие навыков сотрудничества.

Задачи:

- учить договариваться и распределять роли;
- развивать умение слушать и слышать;
- формировать навык совместной деятельности.

Оборудование: конструктор, ватман, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мы вместе».
Основная часть	1. «Построй башню» — совместная деятельность в парах/тройках. 2. «Рисунок по кругу» — каждый рисует элемент на общем листе. 3. Обсуждение: «Что помогло вам договориться?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в работе с другими?». Прощание.

Занятие № 22. Рефлексия: анализ жизненных ситуаций

Цель: развитие навыков анализа и выбора решений.

Задачи:

- учить анализировать жизненные ситуации;
- развивать умение выбирать конструктивные решения;
- формировать навык рефлексии.

Оборудование: карточки с кейсами, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что бы ты сделал?».
Основная часть	1. «Кейс-стади» — анализ ситуаций. 2. «Что бы ты сделал?» — выбор решения. 3. «Последствия» — обсуждение плюсов и минусов.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое решение было самым правильным?». Прощание.

Занятие № 23. Творческий проект: я и мой мир

Цель: развитие творческого мышления и самовыражения.

Задачи:

- развивать творческие способности;
- учить выражать себя через творчество;
- формировать позитивную самооценку.

Оборудование: ватман, краски, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на творчество.
Основная часть	1. Создание коллажа «Я и мой мир». 2. Презентация работ. 3. Обсуждение: «Что ты хотел показать в своей работе?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в своей работе?». Прощание.

Занятие № 24. Итоги раздела: что мы узнали?

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 25. Эмоции и самооценка: я — это я

Цель: развитие самопознания и позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение осознавать свои эмоции;
- формировать позитивную самооценку;
- учить выражать себя через творчество.

Оборудование: листы, краски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. Арт-терапия «Моё настроение» — рисование эмоции. 2. «Мои сильные стороны» — каждый называет, что у него хорошо получается. 3. «За что меня любят?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о себе нового?». Прощание.

Занятие № 26. Саморегуляция: управляем эмоциями

Цель: обучение приёмам саморегуляции.

Задачи:

- учить управлять своим эмоциональным состоянием;
- осваивать дыхательные упражнения;
- формировать навык расслабления.

Оборудование: музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Дыхательные упражнения «Насос и мяч». 2. «Шалтай-Болтай» — расслабление мышц. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе успокоиться?». Прощание.

Занятие № 27. Стресс и как с ним справляться

Цель: формирование стрессоустойчивости.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;
- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место». 3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 28. Эмпатия: понимаем другого

Цель: развитие эмпатии и сопереживания.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 29. Разрешение конфликтов: ищем решение

Цель: обучение конструктивному разрешению конфликтов.

Задачи:

- учить разрешать конфликты мирным путём;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение договариваться.

Оборудование: карточки с конфликтными ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мирное решение».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. Ролевая игра «Конфликт» — поиск решения. 3. «Медиация» — учимся договариваться.
Заключительная часть	Рефлексия: «Как ты будешь решать конфликты?». Прощание.

Занятие № 30. Жизненные цели: куда я иду?

Цель: формирование жизненных целей и планов.

Задачи:

- помочь определить жизненные цели;
- развивать умение планировать;
- формировать позитивную жизненную позицию.

Оборудование: листы, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое цель?».
Основная часть	1. «Карта желаний» — создание коллажа целей. 2. «Мои цели» — запись целей на год. 3. «Шаги к цели» — планирование.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая цель для тебя самая важная?». Прощание.

Занятие № 31. Ответственный выбор: принимаем решения

Цель: формирование навыков ответственного выбора.

Задачи:

- учить анализировать последствия решений;
- развивать навык ответственного выбора;
- формировать умение аргументировать.

Оборудование: карточки с кейсами, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Плюсы и минусы».
Основная часть	1. «Кейсы» — анализ ситуаций выбора. 2. «Плюсы и минусы» — обсуждение последствий. 3. «Моё решение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе принимать решения?». Прощание.

Занятие № 32. Мои ресурсы: что мне помогает?

Цель: развитие жизнеспособности.

Задачи:

- помочь осознать свои ресурсы;
- развивать навык самоподдержки;
- формировать позитивное мышление.

Оборудование: листы, карандаши, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что мне помогает в трудные минуты?».
Основная часть	1. «Копилка ресурсов» — создание списка. 2. Релаксация «Моё спокойное место». 3. «Мои помощники» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой ресурс для тебя самый важный?». Прощание.

Занятие № 33. Итоговое занятие: саморефлексия

Цель: подведение итогов года, диагностика динамики.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- оценить динамику развития;
- развивать навык саморефлексии.

Оборудование: бланки диагностических методик, анкеты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговое занятие.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Повторная диагностика (сокращённый вариант) — «10 слов», «Лесенка», тест Филлипса. 2. Беседа об изменениях: «Что ты научился делать лучше?». 3. Анкета «Мои достижения».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего за год?». Прощание.

Занятие № 34. Заключительное занятие: планы на будущее

Цель: завершение программы, постановка целей на следующий год.

Задачи:

- подвести итоги года;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- помочь поставить цели на будущее.

Оборудование: листы, конверты, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на завершение.
Основная часть	1. «Письмо себе в будущее» — написание письма. 2. «Мои планы на лето» — обсуждение. 3. «Пожелания друг другу» — круг пожеланий.
Заключительная часть	Общее фото, прощание, пожелание добрых слов.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

8 класс

Разработана: Головко А.А., Созонов В.С

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 8 класса МКОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (ФГОС ООО, с изменениями 2026 г.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Муниципальной программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска»;
- Учебно-методического пособия: Пискун О.Ю. «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (НГПУ, 2005).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 8 класса со **сложной структурой дефекта**. В 8 классе акцент делается на **личностное самоопределение, развитие жизненной устойчивости, навыков саморегуляции и конструктивного поведения в межличностных отношениях**.

Важным направлением является формирование **позитивной самооценки, ответственности за выбор и профориентационная работа**. Подростковый возраст

(14–15 лет) является сенситивным периодом для формирования **личностной идентичности, профессионального самоопределения и жизненных стратегий**.

У обучающихся с нарушениями слуха в этом возрасте сохраняются трудности в понимании и выражении эмоций, в установлении причинно-следственных связей в социальных ситуациях, в саморегуляции и стрессоустойчивости, в построении конструктивного диалога и разрешении конфликтов.

Особое внимание в 8 классе уделяется **развитию критического мышления, навыков дискуссии и аргументации, формированию жизненных целей и профессиональному самоопределению**, поскольку эти сферы являются основой успешной социализации и личностного роста на последующих этапах обучения.

Актуальность программы

Современные требования к образованию детей с ОВЗ ориентируют педагога-психолога на **формирование жизненных компетенций**, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию в быстро меняющемся мире. В подростковом возрасте особенно важно развивать навыки саморегуляции и стрессоустойчивости, формировать позитивную самооценку и жизненные цели, обучать конструктивному разрешению конфликтов, развивать эмпатию и коммуникативную культуру, укреплять когнитивные процессы (внимание, память, мышление, речь) на более сложном материале.

Программа построена с учётом **концентрического расширения содержания** 4–8 классов и адаптирована под 34 часа (1 занятие в неделю).

Цель программы

Создание условий для развития у обучающихся 8 класса с нарушениями слуха **когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей**; формирование **стрессоустойчивости, саморегуляции, позитивной самооценки и ответственности за собственные решения**.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–4):

1. Поддержать адаптацию в начале учебного года, создать благоприятную атмосферу в группе.
2. Провести первичную диагностику эмоционального состояния, уровня тревожности и жизнеспособности.
3. Провести диагностику внимания, памяти, мышления.
4. Оценить уровень коммуникативных навыков и адаптированности.
5. Определить зоны ближайшего развития и индивидуальные коррекционно-развивающие маршруты.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 5–34):

1. **Развитие когнитивной сферы:** развитие концентрации и устойчивости внимания; укрепление памяти (оперативной, ассоциативной, смысловой); развитие критического мышления и умения аргументировать.
2. **Развитие коммуникативной культуры и речи:** формирование навыков конструктивного общения, аргументации и дискуссии; развитие умения работать в команде; обучение конструктивному разрешению конфликтов.

3. **Развитие эмоционально-волевой сферы и саморегуляции:** развитие умения регулировать эмоции и управлять стрессом; формирование стрессоустойчивости; развитие эмпатии и понимания других.
4. **Личностное развитие, цели и жизненные стратегии:** формирование позитивной самооценки и чувства личной ответственности; способствовать профориентации и постановке жизненных целей.

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа — получение полных данных об уровне развития каждого подростка, определение индивидуальных маршрутов коррекции.

По итогам коррекционно-развивающего этапа — у восьмиклассников предполагается формирование следующих умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- развитие концентрации и устойчивости внимания;
- укрепление памяти (оперативной, ассоциативной, смысловой);
- развитие критического мышления и умения аргументировать.

В коммуникативной сфере:

- формирование коммуникативных навыков и конструктивного поведения в конфликтах;
- развитие навыков ведения дискуссии и аргументации;
- умение работать в команде.

В эмоционально-волевой сфере:

- развитие стрессоустойчивости и навыков саморегуляции;
- развитие эмпатии и понимания других.

В личностной сфере:

- становление позитивной самооценки, личностной позиции и жизненных целей;
- формирование чувства личной ответственности;
- профориентационное самоопределение.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
    - Занятие 1 — адаптационное занятие, настрой на работу, знакомство с целями;
    - Занятие 2 — первичная диагностика (тест Филлипса);
    - Занятие 3 — диагностика эмоциональной устойчивости (тест витальности);
    - Занятие 4 — диагностика когнитивной сферы (внимание, память, мышление).
- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития когнитивной, эмоционально-волевой, коммуникативной и личностной сфер каждого подростка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. Когнитивное развитие: внимание, память, мышление (занятия 5–10).
2. Коммуникативная культура и речь (занятия 11–18).
3. Эмоционально-волевая сфера и саморегуляция (занятия 19–25).
4. Личностное развитие, цели и жизненные стратегии (занятия 26–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения (концентрация, переключение внимания);
- тренинговые упражнения (саморегуляция, стрессоустойчивость);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- ролевые игры (разрешение конфликтов, эмпатия);
- групповые дискуссии (анализ жизненных ситуаций, выбор решений);
- релаксационные упражнения (дыхательные, мышечные);
- диагностические методики (тесты, анкеты, наблюдение);
- проектные задания;
- работа с текстами, таблицами, схемами.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 280 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.

6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.
24. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
25. Ахутина, Т. В., Пылаева, Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.
26. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2025. — 288 с.
27. Дмитриева, Е. Е. Коммуникативное развитие детей с ОВЗ: теория и практика. — М. : Юрайт, 2024. — 215 с.
28. Кузнецова, Л. В. Сенсорная интеграция в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. — М. : Владос, 2025. — 198 с.
29. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — 2-е изд. — СПб. : Речь, 2024. — 400 с.

30. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Типология отклоняющегося развития: модель анализа и её использование в практической деятельности. — 4-е изд. — М. : Генезис, 2025. — 368 с.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Внимание	Корректурная проба (буквенный вариант)	Тест Бурдона	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания, темпа работы
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания, утомляемости, сохранности следов памяти
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации на наглядном материале
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей, способности к логическому умозаключению
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд»	А.З. Зак	Выявление способности выявлять

Сфера	Методика	Источник	Цель
			закономерности и осуществлять перенос способа действия
Мышление (классификация)	Лото Когана	Адаптированный вариант (Н.Я. Семаго)	Оценка уровня развития классификационных операций, умения выделять одновременно два признака
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки, дифференциации «хороший — плохой»
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации	Н.Г. Лусканова	Определение доминирующего типа мотивации (учебная, игровая, социальная, внешняя)
Эмоциональная сфера	Тест школьной тревожности Филлипса	Б. Филлипс	Диагностика уровня и характера тревожности, связанной со школой
Жизнеспособность	Тест витальности (ИТО)	Муниципальная программа	Оценка уровня жизнеспособности, эмоциональной устойчивости
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков, умения взаимодействовать со сверстниками и взрослыми
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня адаптированности, выявление признаков

Сфера	Методика	Источник	Цель
			дезадаптации
Профориентация	Анкета интересов и склонностей	Адаптированный вариант	Выявление профессиональных интересов и склонностей

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	**Настрой на год: мы вместе**	1	Адаптация в начале учебного года. Знакомство с целями. Установление групповых правил.	Игровые упражнения на знакомство и сплочение. Беседа о целях занятий.	Групповая, игровая, беседа
2	**Познай себя: первичная диагностика**	1	Первичная диагностика тревожности.	Тест Филлипса.	Индивидуальная, диагностическая
3	**Мой внутренний мир: диагностика устойчивости**	1	Диагностика эмоциональной устойчивости.	Тест витальности (ИТО).	Индивидуальная, диагностическая
4	**Я и мой класс: диагностика когнитивной сферы**	1	Диагностика внимания, памяти, мышления.	Корректурная проба, «10 слов», «Четвёртый лишний».	Индивидуальная, диагностическая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					
Раздел 1. Когнитивное развитие: внимание, память, мышление (занятия 5–10)					
5	**Внимание: тренируем концентрацию**	1	Развитие концентрации и устойчивости внимания.	Корректурная проба, «Найди отличия», «Перепутанные линии».	Индивидуальная, групповая, игровая
6	**Память: запоминаем и**	1	Развитие ассоциативной памяти.	«Пары слов», «Ассоциации», «Цепочка».	Индивидуальная, групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	воспроизводим				игровая
7	**Мышление: решаем проблемные задачи**	1	Развитие логического мышления.	Логические задачи, «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».	Индивидуальная, групповая, игровая
8	**Смысловая память: понимаем и запоминаем**	1	Развитие смысловой памяти.	«Пересказ по плану», «Смысловые пары».	Индивидуальная, групповая
9	**Критическое мышление: анализируем**	1	Развитие критического мышления.	«Правда или ложь?», «Найди ошибку».	Индивидуальная, групповая, дискуссия
10	**Когнитивный тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, групповая
Раздел 2. Коммуникативная культура и речь (занятия 11–18)					
11	**Навыки ведения дискуссии**	1	Развитие навыков дискуссии.	«Докажи свою точку зрения», «Дебаты».	Групповая, дискуссия
12	**Аргументация и отстаивание позиции**	1	Развитие умения аргументировать.	«Я-сообщения», «Моё мнение».	Групповая, дискуссия
13	**Разрешение конфликтов: ищем решение**	1	Обучение конструктивному разрешению конфликтов.	Ролевые игры, «Медиация».	Групповая, ролевая игра
14	**Командное**	1	Развитие навыков работы в	«Построй башню»,	Групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	взаимодействие		команде.	«Рисунок по кругу».	коллективная
15	**Эмпатия: понимаем другого**	1	Развитие эмпатии и сопереживания.	Ролевые игры, «Что чувствует герой?».	Групповая, ролевая игра
16	**Речь: говорим и убеждаем**	1	Развитие связной речи.	«Расскажи историю», «Убеди меня».	Групповая, дискуссия
17	**Коммуникативный тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков общения.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
18	**Итоги раздела: что мы узнали?**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Групповая, игровая
Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера и саморегуляция (занятия 19–25)					
19	**Эмоции и стресс: управляем собой**	1	Формирование стрессоустойчивости.	Арт-терапия, дыхательные упражнения.	Групповая, тренинг
20	**Саморегуляция: управление состоянием**	1	Обучение приёмам саморегуляции.	«Насос и мяч», «Шалтай-Болтай».	Групповая, тренинг
21	**Стресс и как с ним справляться**	1	Формирование стрессоустойчивости.	«Мои ресурсы», релаксация.	Групповая, тренинг
22	**Развитие эмпатии и понимания других**	1	Развитие эмпатии.	Ролевые упражнения.	Групповая, ролевая игра
23	**Эмоциональный интеллект:**	1	Развитие эмоционального интеллекта.	«Угадай эмоцию», «Мои чувства».	Групповая, игровая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	понимаем чувства				
24	**Самооценка и уверенность**	1	Формирование позитивной самооценки.	«Мои сильные стороны», «Я могу».	Индивидуальная, групповая
25	**Эмоционально-волевой тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков саморегуляции.	Комплексные упражнения.	Групповая, тренинг
Раздел 4. Личностное развитие, цели и жизненные стратегии (занятия 26–34)					
26	**Самооценка и уверенность: я — это я**	1	Развитие самопознания и позитивной самооценки.	Арт-терапия, «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, групповая, арт-терапия
27	**Формирование жизненных целей**	1	Формирование жизненных целей и планов.	«Карта желаний», «Мои цели».	Индивидуальная, творческая
28	**Профориентация и выбор пути**	1	Профориентационное самоопределение.	Анкетирование, групповая работа.	Индивидуальная, групповая
29	**Ответственный выбор: принимаем решения**	1	Формирование навыков ответственного выбора.	«Кейсы», «Плюсы и минусы».	Групповая, дискуссия
30	**Мои ресурсы: что мне помогает?**	1	Развитие жизнеспособности.	«Копилка ресурсов», релаксация.	Индивидуальная, групповая
31	**Жизненные стратегии: планируем будущее**	1	Формирование жизненных стратегий.	«Мой путь», «Шаги к цели».	Индивидуальная, творческая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
32	**Личностный рост: итоги**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Групповая, игровая
33	**Итоговое занятие: самоанализ и рефлексия**	1	Подведение итогов года. Диагностика динамики.	Анкета, беседа, рефлексия.	Индивидуальная, групповая
34	**Заключительное занятие: планы на будущее**	1	Завершение программы. Постановка целей на следующий год.	«Письмо себе в будущее», обсуждение.	Индивидуальная, групповая

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Настрой на год: мы вместе

Цель: адаптация в начале учебного года, знакомство с целями, установление групповых правил.

Задачи:

- создать благоприятную атмосферу в группе;
- познакомить участников с целями и задачами занятий;
- выработать групповые правила;
- провести первичную беседу об эмоциональном состоянии.

Оборудование: мяч, ватман, маркеры, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Назови имя с эмоцией» — каждый называет своё имя и показывает эмоцию.
Основная часть	1. Беседа о целях занятий: «Что мы будем делать на наших встречах?». 2. Выработка групповых правил. 3. Игра «Передай мяч с эмоцией». 4. Беседа об эмоциональном состоянии.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось сегодня?». Прощание.

Занятие № 2. Познай себя: первичная диагностика

Цель: первичная диагностика тревожности.

Задачи:

- провести тест школьной тревожности Филлипса;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки теста Филлипса, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы поиграем и узнаем, как ты чувствуешь себя в школе».
Основная часть	1. Тест школьной тревожности Филлипса (индивидуально или в группе). 2. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было интересно?». Прощание.

Занятие № 3. Мой внутренний мир: диагностика устойчивости

Цель: диагностика эмоциональной устойчивости.

Задачи:

- провести тест витальности (ИТО);
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки теста витальности, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы проверим, как ты справляешься с трудностями».
Основная часть	1. Тест витальности (ИТО). 2. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было интересно?». Прощание.

Занятие № 4. Я и мой класс: диагностика когнитивной сферы

Цель: диагностика внимания, памяти, мышления.

Задачи:

- провести корректурную пробу (буквенный вариант);
- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Четвёртый лишний»;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки корректурной пробы, бланки для «10 слов», карточки «Четвёртый лишний», протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы проверим, как ты умеешь быть внимательным, запоминать и думать».
Основная часть	1. Корректурная проба (буквенный вариант) — вычёркивание заданной буквы за 3 минуты. 2. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 3. Методика «Четвёртый лишний» — предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче выполнять?». Прощание.

Занятие № 5. Внимание: тренируем концентрацию

Цель: развитие концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- тренировать способность удерживать внимание на задании;
- развивать умение замечать детали;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: корректурные бланки, картинки «Найди отличия», карточки «Перепутанные линии».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал» — хлопок, топот, молчание.
Основная часть	1. Корректурная проба (буквенный вариант) — вычёркивание заданной буквы за 3 минуты. 2. «Найди отличия» — сравнение двух картинок. 3. «Перепутанные линии» — прослеживание линий от начала до конца.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 6. Память: запоминаем и воспроизводим

Цель: развитие ассоциативной памяти.

Задачи:

- учить создавать ассоциации для запоминания;
- развивать образное мышление;
- тренировать память через связи.

Оборудование: карточки «Пары слов», листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Ассоциации» — назови слово, которое вспоминается.
Основная часть	1. «Пары слов» — запоминание пар через ассоциации. 2. «Ассоциативные цепочки» — составление цепочки слов. 3. «Нарисуй ассоциацию» — рисование образа к слову.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие ассоциации помогли тебе запомнить?». Прощание.

Занятие № 7. Мышление: решаем проблемные задачи

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- учить решать логические задачи;
- развивать операции анализа и синтеза;
- тренировать умение устанавливать закономерности.

Оборудование: логические задачи, карточки «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».
Основная часть	1. «Четвёртый лишний» — нахождение лишнего с объяснением. 2. «Продолжи ряд» — выявление закономерности. 3. Логические задачи — решение задач на смекалку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая задача была самой интересной?». Прощание.

Занятие № 8. Смысловая память: понимаем и запоминаем

Цель: развитие смысловой памяти.

Задачи:

- учить запоминать через понимание смысла;
- развивать умение пересказывать;
- тренировать логическую память.

Оборудование: тексты для пересказа, карточки «Смысловые пары».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Смысловые пары» — соотнесение слов по смыслу. 2. «Пересказ по плану» — чтение текста, составление плана, пересказ. 3. «Главная мысль» — выделение главного в тексте.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогло тебе запомнить текст?». Прощание.

Занятие № 9. Критическое мышление: анализируем

Цель: развитие критического мышления.

Задачи:

- учить анализировать информацию;
- развивать умение отличать правду от лжи;
- формировать навык аргументации.

Оборудование: карточки «Правда или ложь?», тексты с ошибками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Верю — не верю».
Основная часть	1. «Правда или ложь?» — анализ утверждений. 2. «Найди ошибку» — поиск ошибок в тексте. 3. «Докажи» — аргументация своей точки зрения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым сложным?». Прощание.

Занятие № 10. Когнитивный тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков.

Задачи:

- обобщить приёмы запоминания и мышления;
- тренировать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры «Мемо», «Запомни пары».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Вспомни и назови».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на все виды памяти. 2. «Мемо» — игра на зрительную память. 3. «Запомни пары» — игра на ассоциативную память. 4. «Пересказ» — смысловая память.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вид памяти у тебя самый сильный?». Прощание.

Занятие № 11. Навыки ведения дискуссии

Цель: развитие навыков дискуссии.

Задачи:

- учить выражать свою точку зрения;
- развивать умение слушать и слышать;

- тренировать навык аргументации.

Оборудование: карточки с темами для дискуссии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Докажи свою точку зрения» — упражнение на аргументацию. 2. «Дебаты» — обсуждение спорной темы. 3. «Расскажи историю» — составление связного рассказа.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 12. Аргументация и отстаивание позиции

Цель: развитие умения аргументировать.

Задачи:

- учить отстаивать свою позицию;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение слушать собеседника.

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Моё мнение».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Моё мнение» — аргументация. 3. Ролевая игра «Спор» — поиск решения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе убеждать?». Прощание.

Занятие № 13. Разрешение конфликтов: ищем решение

Цель: обучение конструктивному разрешению конфликтов.

Задачи:

- учить разрешать конфликты мирным путём;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение договариваться.

Оборудование: карточки с конфликтными ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мирное решение».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. Ролевая игра «Конфликт» — поиск решения. 3. «Медиация» — учимся договариваться.
Заключительная часть	Рефлексия: «Как ты будешь решать конфликты?». Прощание.

Занятие № 14. Командное взаимодействие

Цель: развитие навыков работы в команде.

Задачи:

- учить договариваться и распределять роли;
- развивать умение слушать и слышать;
- формировать навык совместной деятельности.

Оборудование: конструктор, ватман, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мы вместе».
Основная часть	1. «Построй башню» — совместная деятельность в парах/тройках. 2. «Рисунок по кругу» — каждый рисует элемент на общем листе. 3. Обсуждение: «Что помогло вам договориться?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в работе с другими?». Прощание.

Занятие № 15. Эмпатия: понимаем другого

Цель: развитие эмпатии и сопереживания.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 16. Речь: говорим и убеждаем

Цель: развитие связной речи.

Задачи:

- развивать связную речь;
- учить выражать свою точку зрения;
- тренировать навык убеждения.

Оборудование: карточки с темами для дискуссии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Расскажи историю» — составление связного рассказа. 2. «Убеди меня» — упражнение на убеждение. 3. «Моё мнение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 17. Коммуникативный тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков общения.

Задачи:

- обобщить навыки общения;
- тренировать умение работать в команде;
- развивать уверенность в общении.

Оборудование: комплекс карточек, игры на взаимодействие.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Мы вместе».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Комплексные упражнения на общение. 2. «Построй башню» — командная работа. 3. «Рисунок по кругу» — коллективное творчество.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в общении?». Прощание.

Занятие № 18. Итоги раздела: что мы узнали?

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 19. Эмоции и стресс: управляем собой

Цель: формирование стрессоустойчивости.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;
- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место». 3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 20. Саморегуляция: управление состоянием

Цель: обучение приёмам саморегуляции.

Задачи:

- учить управлять своим эмоциональным состоянием;
- осваивать дыхательные упражнения;
- формировать навык расслабления.

Оборудование: музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Дыхательные упражнения «Насос и мяч». 2. «Шалтай-Болтай» — расслабление мышц. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе успокоиться?». Прощание.

Занятие № 21. Стресс и как с ним справляться

Цель: формирование стрессоустойчивости.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;
- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место».

Этап	Содержание
	3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 22. Развитие эмпатии и понимания других

Цель: развитие эмпатии.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 23. Эмоциональный интеллект: понимаем чувства

Цель: развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

- учить распознавать эмоции;
- развивать умение выражать свои чувства;
- формировать навык самоанализа.

Оборудование: карточки с эмоциями, листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай эмоцию».
Основная часть	1. «Угадай эмоцию» — распознавание эмоций по мимике. 2. «Мои чувства» — рисование эмоций. 3. «Я чувствую...» — обсуждение.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие эмоции тебе легче узнавать?». Прощание.

Занятие № 24. Самооценка и уверенность

Цель: формирование позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение осознавать свои сильные стороны;
- формировать позитивную самооценку;
- учить выражать себя через творчество.

Оборудование: листы, краски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. «Мои сильные стороны» — каждый называет, что у него хорошо получается. 2. «Я могу» — упражнение на уверенность. 3. «За что меня любят?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о себе нового?». Прощание.

Занятие № 25. Эмоционально-волевой тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- обобщить приёмы саморегуляции;
- тренировать навыки управления эмоциями;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на саморегуляцию. 2. Дыхательные упражнения. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?».

Этап	Содержание
часть	Прощание.

Занятие № 26. Самооценка и уверенность: я — это я

Цель: развитие самопознания и позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение осознавать свои эмоции;
- формировать позитивную самооценку;
- учить выражать себя через творчество.

Оборудование: листы, краски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. Арт-терапия «Моё настроение» — рисование эмоции. 2. «Мои сильные стороны» — каждый называет, что у него хорошо получается. 3. «За что меня любят?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о себе нового?». Прощание.

Занятие № 27. Формирование жизненных целей

Цель: формирование жизненных целей и планов.

Задачи:

- помочь определить жизненные цели;
- развивать умение планировать;
- формировать позитивную жизненную позицию.

Оборудование: листы, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое цель?».
Основная часть	1. «Карта желаний» — создание коллажа целей. 2. «Мои цели» — запись целей на год. 3. «Шаги к цели» — планирование.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая цель для тебя самая важная?». Прощание.

Занятие № 28. Профориентация и выбор пути

Цель: профориентационное самоопределение.

Задачи:

- познакомить с миром профессий;
- выявить интересы и склонности;
- формировать представления о будущей профессии.

Оборудование: анкеты, карточки с профессиями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Какие профессии вы знаете?».
Основная часть	1. Анкетирование «Мои интересы». 2. «Профессии» — групповая работа. 3. «Кем я хочу стать?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая профессия тебе интересна?». Прощание.

Занятие № 29. Ответственный выбор: принимаем решения

Цель: формирование навыков ответственного выбора.

Задачи:

- учить анализировать последствия решений;
- развивать навык ответственного выбора;
- формировать умение аргументировать.

Оборудование: карточки с кейсами, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Плюсы и минусы».
Основная часть	1. «Кейсы» — анализ ситуаций выбора. 2. «Плюсы и минусы» — обсуждение последствий. 3. «Моё решение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе принимать решения?». Прощание.

Занятие № 30. Мои ресурсы: что мне помогает?

Цель: развитие жизнеспособности.

Задачи:

- помочь осознать свои ресурсы;
- развивать навык самоподдержки;
- формировать позитивное мышление.

Оборудование: листы, карандаши, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что мне помогает в трудные минуты?».
Основная часть	1. «Копилка ресурсов» — создание списка. 2. Релаксация «Моё спокойное место». 3. «Мои помощники» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой ресурс для тебя самый важный?». Прощание.

Занятие № 31. Жизненные стратегии: планируем будущее

Цель: формирование жизненных стратегий.

Задачи:

- помочь определить жизненные стратегии;
- развивать умение планировать;
- формировать позитивную жизненную позицию.

Оборудование: листы, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое жизненная стратегия?».
Основная часть	1. «Мой путь» — создание коллажа. 2. «Шаги к цели» — планирование. 3. «Моё будущее» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая стратегия для тебя самая важная?». Прощание.

Занятие № 32. Личностный рост: итоги

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 33. Итоговое занятие: самоанализ и рефлексия

Цель: подведение итогов года, диагностика динамики.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- оценить динамику развития;
- развивать навык саморефлексии.

Оборудование: бланки диагностических методик, анкеты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговое занятие.
Основная часть	1. Повторная диагностика (сокращённый вариант) — «10 слов», «Лесенка», тест Филлипса. 2. Беседа об изменениях: «Что ты научился делать лучше?». 3. Анкета «Мои достижения».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего за год?». Прощание.

Занятие № 34. Заключительное занятие: планы на будущее

Цель: завершение программы, постановка целей на следующий год.

Задачи:

- подвести итоги года;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- помочь поставить цели на будущее.

Оборудование: листы, конверты, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на завершение.
Основная часть	1. «Письмо себе в будущее» — написание письма. 2. «Мои планы на лето» — обсуждение. 3. «Пожелания друг другу» — круг пожеланий.
Заключительная часть	Общее фото, прощание, пожелание добрых слов.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

9 класс

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 9 класса **МБОУ С(К)ШИ № 37** в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (ФГОС ООО, с изменениями 2026 г.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Муниципальной программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска»;
- Учебно-методического пособия: Пискун О.Ю. «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (НГПУ, 2005).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 9 класса со **сложной структурой дефекта** (сочетание нарушений слуха различной степени с задержкой психического развития или интеллектуальными нарушениями). В 9 классе акцент делается на **профессиональное самоопределение, развитие социальной зрелости, навыков саморегуляции и конструктивного поведения в межличностных отношениях**.

Важным направлением является формирование **позитивной самооценки, ответственности за выбор, готовности к профессиональному обучению и социальной адаптации**. Подростковый возраст (16–18 лет) является сенситивным периодом для формирования **личностной идентичности, профессионального самоопределения и жизненных стратегий**.

У обучающихся с нарушениями слуха в этом возрасте сохраняются трудности в понимании и выражении эмоций, в установлении причинно-следственных связей в социальных ситуациях, в саморегуляции и стрессоустойчивости, в построении конструктивного диалога и разрешении конфликтов.

Особое внимание в 9 классе уделяется **развитию критического мышления, навыков дискуссии и аргументации, формированию жизненных целей и профессиональному самоопределению**, поскольку эти сферы являются основой успешной социализации и личностного роста на последующих этапах обучения.

Актуальность программы

Современные требования к образованию детей с ОВЗ ориентируют педагога-психолога на **формирование жизненных компетенций**, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию в быстро меняющемся мире. В подростковом возрасте особенно важно развивать навыки саморегуляции и стрессоустойчивости, формировать позитивную самооценку и жизненные цели, обучать конструктивному разрешению конфликтов, развивать эмпатию и коммуникативную культуру, укреплять когнитивные процессы (внимание, память, мышление, речь) на более сложном материале.

Программа построена с учётом **концентрического расширения содержания** 4–9 классов и адаптирована под 34 часа (1 занятие в неделю).

Цель программы

Создание условий для развития у обучающихся 9 класса с нарушениями слуха **когнитивных, эмоционально-волевых и коммуникативных способностей**; формирование **стрессоустойчивости, саморегуляции, позитивной самооценки и ответственности за собственные решения**; подготовка к **профессиональному самоопределению и социальной адаптации**.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа (занятия 1–4):

1. Поддержать адаптацию в начале учебного года, создать благоприятную атмосферу в группе.
2. Провести первичную диагностику эмоционального состояния, уровня тревожности и жизнеспособности.
3. Провести диагностику внимания, памяти, мышления.
4. Оценить уровень коммуникативных навыков и адаптированности.
5. Определить зоны ближайшего развития и индивидуальные коррекционно-развивающие маршруты.

Задачи коррекционно-развивающего этапа (занятия 5–34):

1. **Развитие когнитивной сферы:** развитие концентрации и устойчивости внимания; укрепление памяти (оперативной, ассоциативной, смысловой); развитие критического мышления и умения аргументировать.
2. **Развитие коммуникативной культуры и речи:** формирование навыков конструктивного общения, аргументации и дискуссии; развитие умения работать в команде; обучение конструктивному разрешению конфликтов.
3. **Развитие эмоционально-волевой сферы и саморегуляции:** развитие умения регулировать эмоции и управлять стрессом; формирование стрессоустойчивости; развитие эмпатии и понимания других.
4. **Личностное развитие, цели и жизненные стратегии:** формирование позитивной самооценки и чувства личной ответственности; способствовать профориентации и постановке жизненных целей; подготовка к профессиональному обучению и социальной адаптации.

Планируемые результаты

По итогам диагностического этапа — получение полных данных об уровне развития каждого подростка, определение индивидуальных маршрутов коррекции.

По итогам коррекционно-развивающего этапа — у девятиклассников предполагается формирование следующих умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- развитие концентрации и устойчивости внимания;
- укрепление памяти (оперативной, ассоциативной, смысловой);
- развитие критического мышления и умения аргументировать.

В коммуникативной сфере:

- формирование коммуникативных навыков и конструктивного поведения в конфликтах;
- развитие навыков ведения дискуссии и аргументации;
- умение работать в команде.

В эмоционально-волевой сфере:

- развитие стрессоустойчивости и навыков саморегуляции;
- развитие эмпатии и понимания других.

В личностной сфере:

- становление позитивной самооценки, личностной позиции и жизненных целей;
- формирование чувства личной ответственности;
- профориентационное самоопределение;
- готовность к профессиональному обучению и социальной адаптации.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
    - Занятие 1 — адаптационное занятие, настрой на работу, знакомство с целями;

- Занятие 2 — первичная диагностика (тест Филлипса);
- Занятие 3 — диагностика эмоциональной устойчивости (тест витальности);
- Занятие 4 — диагностика когнитивной сферы (внимание, память, мышление).

- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития когнитивной, эмоционально-волевой, коммуникативной и личностной сфер каждого подростка, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. Когнитивное развитие: внимание, память, мышление (занятия 5–10).
2. Коммуникативная культура и речь (занятия 11–18).
3. Эмоционально-волевая сфера и саморегуляция (занятия 19–25).
4. Личностное развитие, цели и жизненные стратегии (занятия 26–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения (концентрация, переключение внимания);
- тренинговые упражнения (саморегуляция, стрессоустойчивость);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- ролевые игры (разрешение конфликтов, эмпатия);
- групповые дискуссии (анализ жизненных ситуаций, выбор решений);
- релаксационные упражнения (дыхательные, мышечные);
- диагностические методики (тесты, анкеты, наблюдение);
- проектные задания;
- работа с текстами, таблицами, схемами;
- профориентационные игры и упражнения.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями, социальным педагогом, профориентатором и родителями (законными представителями).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 280 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.
24. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
25. Ахутина, Т. В., Пылаева, Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.

26. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2025. — 288 с.
27. Дмитриева, Е. Е. Коммуникативное развитие детей с ОВЗ: теория и практика. — М. : Юрайт, 2024. — 215 с.
28. Кузнецова, Л. В. Сенсорная интеграция в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. — М. : Владос, 2025. — 198 с.
29. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — 2-е изд. — СПб. : Речь, 2024. — 400 с.
30. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Типология отклоняющегося развития: модель анализа и её использование в практической деятельности. — 4-е изд. — М. : Генезис, 2025. — 368 с.
31. Пряжников, Н. С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники. — М. : Юрайт, 2024. — 350 с.
32. Резапкина, Г. В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. — М. : Генезис, 2025. — 208 с.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Внимание	Корректурная проба (буквенный вариант)	Тест Бурдона	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания, темпа работы
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания, утомляемости, сохранности следов памяти
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма непроизвольной и произвольной зрительной памяти
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний» (по картинкам)	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации на наглядном материале
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей,

Сфера	Методика	Источник	Цель
			способности к логическому умозаключению
Мышление (логическое)	«Продолжи ряд»	А.З. Зак	Выявление способности выявлять закономерности и осуществлять перенос способа действия
Мышление (классификация)	Лото Когана	Адаптированный вариант (Н.Я. Семаго)	Оценка уровня развития классификационных операций, умения выделять одновременно два признака
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки, дифференциации «хороший — плохой»
Учебная мотивация	Анкета для оценки школьной мотивации	Н.Г. Лусканова	Определение доминирующего типа мотивации (учебная, игровая, социальная, внешняя)
Эмоциональная сфера	Тест школьной тревожности Филлипса	Б. Филлипс	Диагностика уровня и характера тревожности, связанной со школой
Жизнеспособность	Тест витальности (ИТО)	Муниципальная программа	Оценка уровня жизнеспособности, эмоциональной устойчивости
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков, умения взаимодействовать со сверстниками и

Сфера	Методика	Источник	Цель
			взрослыми
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня адаптированности, выявление признаков дезадаптации
Профориентация	Анкета интересов и склонностей (ДДО Е.А. Климова, адаптированный вариант)	Е.А. Климов	Выявление профессиональных интересов и склонностей
Профориентация	Опросник «Карта интересов» (адаптированный вариант)	А.Е. Голомшток	Изучение направленности интересов в различных сферах деятельности
Готовность к профессиональному выбору	Анкета «Мой профессиональный выбор»	Адаптированный вариант	Оценка готовности к профессиональному самоопределению

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	**Настрой на год: мы вместе**	1	Адаптация в начале учебного года. Знакомство с целями. Установление групповых правил.	Игровые упражнения на знакомство и сплочение. Беседа о целях занятий.	Групповая, игровая, беседа
2	**Познай себя: первичная диагностика**	1	Первичная диагностика тревожности.	Тест Филлипса.	Индивидуальная, диагностическая
3	**Мой внутренний мир: диагностика устойчивости**	1	Диагностика эмоциональной устойчивости.	Тест витальности (ИТО).	Индивидуальная, диагностическая
4	**Я и мой класс: диагностика когнитивной сферы**	1	Диагностика внимания, памяти, мышления.	Корректурная проба, «10 слов», «Четвёртый лишний».	Индивидуальная, диагностическая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					
Раздел 1. Когнитивное развитие: внимание, память, мышление (занятия 5–10)					
5	**Внимание: тренируем концентрацию**	1	Развитие концентрации и устойчивости внимания.	Корректурная проба, «Найди отличия», «Перепутанные линии».	Индивидуальная, групповая, игровая
6	**Память: запоминаем и воспроизводим**	1	Развитие ассоциативной памяти.	«Пары слов», «Ассоциации», «Цепочка».	Индивидуальная, групповая, игровая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	**Мышление: решаем проблемные задачи**	1	Развитие логического мышления.	Логические задачи, «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».	Индивидуальная, групповая, игровая
8	**Смысловая память: понимаем и запоминаем**	1	Развитие смысловой памяти.	«Пересказ по плану», «Смысловые пары».	Индивидуальная, групповая
9	**Критическое мышление: анализируем**	1	Развитие критического мышления.	«Правда или ложь?», «Найди ошибку».	Индивидуальная, групповая, дискуссия
10	**Когнитивный тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, групповая
Раздел 2. Коммуникативная культура и речь (занятия 11–18)					
11	**Навыки ведения дискуссии**	1	Развитие навыков дискуссии.	«Докажи свою точку зрения», «Дебаты».	Групповая, дискуссия
12	**Аргументация и отстаивание позиции**	1	Развитие умения аргументировать.	«Я-сообщения», «Моё мнение».	Групповая, дискуссия
13	**Разрешение конфликтов: ищем решение**	1	Обучение конструктивному разрешению конфликтов.	Ролевые игры, «Медиация».	Групповая, ролевая игра
14	**Командное взаимодействие**	1	Развитие навыков работы в команде.	«Построй башню», «Рисунок по кругу».	Групповая, коллективная
15	**Эмпатия: понимаем**	1	Развитие эмпатии и	Ролевые игры, «Что	Групповая, ролевая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	другого		сопереживания.	чувствует герой?».	игра
16	**Речь: говорим и убеждаем**	1	Развитие связной речи.	«Расскажи историю», «Убеди меня».	Групповая, дискуссия
17	**Коммуникативный тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков общения.	Комплексные упражнения.	Групповая, игровая
18	**Итоги раздела: что мы узнали?**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Групповая, игровая
Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера и саморегуляция (занятия 19–25)					
19	**Эмоции и стресс: управляем собой**	1	Формирование стрессоустойчивости.	Арт-терапия, дыхательные упражнения.	Групповая, тренинг
20	**Саморегуляция: управление состоянием**	1	Обучение приёмам саморегуляции.	«Насос и мяч», «Шалтай-Болтай».	Групповая, тренинг
21	**Стресс и как с ним справляться**	1	Формирование стрессоустойчивости.	«Мои ресурсы», релаксация.	Групповая, тренинг
22	**Развитие эмпатии и понимания других**	1	Развитие эмпатии.	Ролевые упражнения.	Групповая, ролевая игра
23	**Эмоциональный интеллект: понимаем чувства**	1	Развитие эмоционального интеллекта.	«Угадай эмоцию», «Мои чувства».	Групповая, игровая
24	**Самооценка и уверенность**	1	Формирование позитивной самооценки.	«Мои сильные стороны», «Я могу».	Индивидуальная, групповая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
25	**Эмоционально-волевой тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков саморегуляции.	Комплексные упражнения.	Групповая, тренинг
Раздел 4. Личностное развитие, цели и жизненные стратегии (занятия 26–34)					
26	**Самооценка и уверенность: я — это я**	1	Развитие самопознания и позитивной самооценки.	Арт-терапия, «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, групповая, арт-терапия
27	**Формирование жизненных целей**	1	Формирование жизненных целей и планов.	«Карта желаний», «Мои цели».	Индивидуальная, творческая
28	**Профориентация и выбор пути**	1	Профориентационное самоопределение.	Анкетирование, групповая работа.	Индивидуальная, групповая
29	**Ответственный выбор: принимаем решения**	1	Формирование навыков ответственного выбора.	«Кейсы», «Плюсы и минусы».	Групповая, дискуссия
30	**Мои ресурсы: что мне помогает?**	1	Развитие жизнеспособности.	«Копилка ресурсов», релаксация.	Индивидуальная, групповая
31	**Жизненные стратегии: планируем будущее**	1	Формирование жизненных стратегий.	«Мой путь», «Шаги к цели».	Индивидуальная, творческая
32	**Готовность к профессиональному обучению**	1	Подготовка к профессиональному обучению.	«Моя профессия», «Портрет профессионала».	Индивидуальная, групповая
33	**Итоговое занятие:**	1	Подведение итогов года.	Анкета, беседа,	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	самоанализ и рефлексия		Диагностика динамики.	рефлексия.	групповая
34	**Заключительное занятие: планы на будущее**	1	Завершение программы. Постановка целей на следующий год.	«Письмо себе в будущее», обсуждение.	Индивидуальная, групповая

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Настрой на год: мы вместе

Цель: адаптация в начале учебного года, знакомство с целями, установление групповых правил.

Задачи:

- создать благоприятную атмосферу в группе;
- познакомить участников с целями и задачами занятий;
- выработать групповые правила;
- провести первичную беседу об эмоциональном состоянии.

Оборудование: мяч, ватман, маркеры, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Назови имя с эмоцией» — каждый называет своё имя и показывает эмоцию.
Основная часть	1. Беседа о целях занятий: «Что мы будем делать на наших встречах?». 2. Выработка групповых правил. 3. Игра «Передай мяч с эмоцией». 4. Беседа об эмоциональном состоянии.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось сегодня?». Прощание.

Занятие № 2. Познай себя: первичная диагностика

Цель: первичная диагностика тревожности.

Задачи:

- провести тест школьной тревожности Филлипса;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки теста Филлипса, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы поиграем и узнаем, как ты чувствуешь себя в школе».
Основная часть	1. Тест школьной тревожности Филлипса (индивидуально или в группе). 2. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было интересно?». Прощание.

Занятие № 3. Мой внутренний мир: диагностика устойчивости

Цель: диагностика эмоциональной устойчивости.

Задачи:

- провести тест витальности (ИТО);
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки теста витальности, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы проверим, как ты справляешься с трудностями».
Основная часть	1. Тест витальности (ИТО). 2. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было интересно?». Прощание.

Занятие № 4. Я и мой класс: диагностика когнитивной сферы

Цель: диагностика внимания, памяти, мышления.

Задачи:

- провести корректурную пробу (буквенный вариант);
- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Четвёртый лишний»;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки корректурной пробы, бланки для «10 слов», карточки «Четвёртый лишний», протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы проверим, как ты умеешь быть внимательным, запоминать и думать».
Основная часть	1. Корректурная проба (буквенный вариант) — вычёркивание заданной буквы за 3 минуты. 2. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 3. Методика «Четвёртый лишний» — предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче выполнять?». Прощание.

Занятие № 5. Внимание: тренируем концентрацию

Цель: развитие концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- тренировать способность удерживать внимание на задании;
- развивать умение замечать детали;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: корректурные бланки, картинки «Найди отличия», карточки «Перепутанные линии».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал» — хлопок, топот, молчание.
Основная часть	1. Корректурная проба (буквенный вариант) — вычёркивание заданной буквы за 3 минуты. 2. «Найди отличия» — сравнение двух картинок. 3. «Перепутанные линии» — прослеживание линий от начала до конца.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 6. Память: запоминаем и воспроизводим

Цель: развитие ассоциативной памяти.

Задачи:

- учить создавать ассоциации для запоминания;
- развивать образное мышление;
- тренировать память через связи.

Оборудование: карточки «Пары слов», листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Ассоциации» — назови слово, которое вспоминается.
Основная часть	1. «Пары слов» — запоминание пар через ассоциации. 2. «Ассоциативные цепочки» — составление цепочки слов. 3. «Нарисуй ассоциацию» — рисование образа к слову.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие ассоциации помогли тебе запомнить?». Прощание.

Занятие № 7. Мышление: решаем проблемные задачи

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- учить решать логические задачи;
- развивать операции анализа и синтеза;
- тренировать умение устанавливать закономерности.

Оборудование: логические задачи, карточки «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».
Основная часть	1. «Четвёртый лишний» — нахождение лишнего с объяснением. 2. «Продолжи ряд» — выявление закономерности. 3. Логические задачи — решение задач на смекалку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая задача была самой интересной?». Прощание.

Занятие № 8. Смысловая память: понимаем и запоминаем

Цель: развитие смысловой памяти.

Задачи:

- учить запоминать через понимание смысла;
- развивать умение пересказывать;
- тренировать логическую память.

Оборудование: тексты для пересказа, карточки «Смысловые пары».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Смысловые пары» — соотнесение слов по смыслу. 2. «Пересказ по плану» — чтение текста, составление плана, пересказ. 3. «Главная мысль» — выделение главного в тексте.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогло тебе запомнить текст?». Прощание.

Занятие № 9. Критическое мышление: анализируем

Цель: развитие критического мышления.

Задачи:

- учить анализировать информацию;
- развивать умение отличать правду от лжи;
- формировать навык аргументации.

Оборудование: карточки «Правда или ложь?», тексты с ошибками.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Верю — не верю».
Основная часть	1. «Правда или ложь?» — анализ утверждений. 2. «Найди ошибку» — поиск ошибок в тексте. 3. «Докажи» — аргументация своей точки зрения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым сложным?». Прощание.

Занятие № 10. Когнитивный тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков.

Задачи:

- обобщить приёмы запоминания и мышления;
- тренировать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры «Мемо», «Запомни пары».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Вспомни и назови».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на все виды памяти. 2. «Мемо» — игра на зрительную память. 3. «Запомни пары» — игра на ассоциативную память. 4. «Пересказ» — смысловая память.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вид памяти у тебя самый сильный?». Прощание.

Занятие № 11. Навыки ведения дискуссии

Цель: развитие навыков дискуссии.

Задачи:

- учить выражать свою точку зрения;
- развивать умение слушать и слышать;

- тренировать навык аргументации.

Оборудование: карточки с темами для дискуссии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Докажи свою точку зрения» — упражнение на аргументацию. 2. «Дебаты» — обсуждение спорной темы. 3. «Расскажи историю» — составление связного рассказа.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 12. Аргументация и отстаивание позиции

Цель: развитие умения аргументировать.

Задачи:

- учить отстаивать свою позицию;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение слушать собеседника.

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Моё мнение».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Моё мнение» — аргументация. 3. Ролевая игра «Спор» — поиск решения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе убеждать?». Прощание.

Занятие № 13. Разрешение конфликтов: ищем решение

Цель: обучение конструктивному разрешению конфликтов.

Задачи:

- учить разрешать конфликты мирным путём;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение договариваться.

Оборудование: карточки с конфликтными ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мирное решение».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. Ролевая игра «Конфликт» — поиск решения. 3. «Медиация» — учимся договариваться.
Заключительная часть	Рефлексия: «Как ты будешь решать конфликты?». Прощание.

Занятие № 14. Командное взаимодействие

Цель: развитие навыков работы в команде.

Задачи:

- учить договариваться и распределять роли;
- развивать умение слушать и слышать;
- формировать навык совместной деятельности.

Оборудование: конструктор, ватман, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мы вместе».
Основная часть	1. «Построй башню» — совместная деятельность в парах/тройках. 2. «Рисунок по кругу» — каждый рисует элемент на общем листе. 3. Обсуждение: «Что помогло вам договориться?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в работе с другими?». Прощание.

Занятие № 15. Эмпатия: понимаем другого

Цель: развитие эмпатии и сопереживания.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 16. Речь: говорим и убеждаем

Цель: развитие связной речи.

Задачи:

- развивать связную речь;
- учить выражать свою точку зрения;
- тренировать навык убеждения.

Оборудование: карточки с темами для дискуссии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Расскажи историю» — составление связного рассказа. 2. «Убеди меня» — упражнение на убеждение. 3. «Моё мнение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 17. Коммуникативный тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков общения.

Задачи:

- обобщить навыки общения;
- тренировать умение работать в команде;
- развивать уверенность в общении.

Оборудование: комплекс карточек, игры на взаимодействие.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Мы вместе».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Комплексные упражнения на общение. 2. «Построй башню» — командная работа. 3. «Рисунок по кругу» — коллективное творчество.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в общении?». Прощание.

Занятие № 18. Итоги раздела: что мы узнали?

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 19. Эмоции и стресс: управляем собой

Цель: формирование стрессоустойчивости.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;
- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место». 3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 20. Саморегуляция: управление состоянием

Цель: обучение приёмам саморегуляции.

Задачи:

- учить управлять своим эмоциональным состоянием;
- осваивать дыхательные упражнения;
- формировать навык расслабления.

Оборудование: музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Дыхательные упражнения «Насос и мяч». 2. «Шалтай-Болтай» — расслабление мышц. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе успокоиться?». Прощание.

Занятие № 21. Стресс и как с ним справляться

Цель: формирование стрессоустойчивости.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;
- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место». 3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 22. Развитие эмпатии и понимания других

Цель: развитие эмпатии.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 23. Эмоциональный интеллект: понимаем чувства

Цель: развитие эмоционального интеллекта.

Задачи:

- учить распознавать эмоции;
- развивать умение выражать свои чувства;
- формировать навык самоанализа.

Оборудование: карточки с эмоциями, листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай эмоцию».
Основная часть	1. «Угадай эмоцию» — распознавание эмоций по мимике. 2. «Мои чувства» — рисование эмоций.

Этап	Содержание
	3. «Я чувствую...» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие эмоции тебе легче узнавать?». Прощание.

Занятие № 24. Самооценка и уверенность

Цель: формирование позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение осознавать свои сильные стороны;
- формировать позитивную самооценку;
- учить выражать себя через творчество.

Оборудование: листы, краски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. «Мои сильные стороны» — каждый называет, что у него хорошо получается. 2. «Я могу» — упражнение на уверенность. 3. «За что меня любят?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о себе нового?». Прощание.

Занятие № 25. Эмоционально-волевой тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- обобщить приёмы саморегуляции;
- тренировать навыки управления эмоциями;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на саморегуляцию. 2. Дыхательные упражнения. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?». Прощание.

Занятие № 26. Самооценка и уверенность: я — это я

Цель: развитие самопознания и позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение осознавать свои эмоции;
- формировать позитивную самооценку;
- учить выражать себя через творчество.

Оборудование: листы, краски, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. Арт-терапия «Моё настроение» — рисование эмоции. 2. «Мои сильные стороны» — каждый называет, что у него хорошо получается. 3. «За что меня любят?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о себе нового?». Прощание.

Занятие № 27. Формирование жизненных целей

Цель: формирование жизненных целей и планов.

Задачи:

- помочь определить жизненные цели;
- развивать умение планировать;
- формировать позитивную жизненную позицию.

Оборудование: листы, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое цель?».
Основная часть	1. «Карта желаний» — создание коллажа целей. 2. «Мои цели» — запись целей на год. 3. «Шаги к цели» — планирование.
Заключительная	Рефлексия: «Какая цель для тебя самая важная?».

Этап	Содержание
часть	Прощание.

Занятие № 28. Профориентация и выбор пути

Цель: профориентационное самоопределение.

Задачи:

- познакомить с миром профессий;
- выявить интересы и склонности;
- формировать представления о будущей профессии.

Оборудование: анкеты, карточки с профессиями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Какие профессии вы знаете?».
Основная часть	1. Анкетирование «Мои интересы». 2. «Профессии» — групповая работа. 3. «Кем я хочу стать?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая профессия тебе интересна?». Прощание.

Занятие № 29. Ответственный выбор: принимаем решения

Цель: формирование навыков ответственного выбора.

Задачи:

- учить анализировать последствия решений;
- развивать навык ответственного выбора;
- формировать умение аргументировать.

Оборудование: карточки с кейсами, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Плюсы и минусы».
Основная часть	1. «Кейсы» — анализ ситуаций выбора. 2. «Плюсы и минусы» — обсуждение последствий. 3. «Моё решение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе принимать решения?». Прощание.

Занятие № 30. Мои ресурсы: что мне помогает?

Цель: развитие жизнеспособности.

Задачи:

- помочь осознать свои ресурсы;
- развивать навык самоподдержки;
- формировать позитивное мышление.

Оборудование: листы, карандаши, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что мне помогает в трудные минуты?».
Основная часть	1. «Копилка ресурсов» — создание списка. 2. Релаксация «Моё спокойное место». 3. «Мои помощники» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой ресурс для тебя самый важный?». Прощание.

Занятие № 31. Жизненные стратегии: планируем будущее

Цель: формирование жизненных стратегий.

Задачи:

- помочь определить жизненные стратегии;
- развивать умение планировать;
- формировать позитивную жизненную позицию.

Оборудование: листы, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое жизненная стратегия?».
Основная часть	1. «Мой путь» — создание коллажа. 2. «Шаги к цели» — планирование. 3. «Моё будущее» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая стратегия для тебя самая важная?». Прощание.

Занятие № 32. Готовность к профессиональному обучению

Цель: подготовка к профессиональному обучению.

Задачи:

- формировать представления о профессиональном обучении;

- развивать готовность к выбору учебного заведения;
- формировать навык самопрезентации.

Оборудование: карточки с учебными заведениями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Куда можно пойти учиться после школы?».
Основная часть	1. «Моя профессия» — обсуждение. 2. «Портрет профессионала» — составление характеристики. 3. «Моё резюме» — самопрезентация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе важно узнать о будущей профессии?». Прощание.

Занятие № 33. Итоговое занятие: самоанализ и рефлексия

Цель: подведение итогов года, диагностика динамики.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- оценить динамику развития;
- развивать навык саморефлексии.

Оборудование: бланки диагностических методик, анкеты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговое занятие.
Основная часть	1. Повторная диагностика (сокращённый вариант) — «10 слов», «Лесенка», тест Филлипса. 2. Беседа об изменениях: «Что ты научился делать лучше?». 3. Анкета «Мои достижения».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего за год?». Прощание.

Занятие № 34. Заключительное занятие: планы на будущее

Цель: завершение программы, постановка целей на следующий год.

Задачи:

- подвести итоги года;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- помочь поставить цели на будущее.

Оборудование: листы, конверты, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на завершение.
Основная часть	1. «Письмо себе в будущее» — написание письма. 2. «Мои планы на лето» — обсуждение. 3. «Пожелания друг другу» — круг пожеланий.
Заключительная часть	Общее фото, прощание, пожелание добрых слов.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Учимся с удовольствием: формирование учебной мотивации»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха с низкой учебной мотивацией в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с низкой учебной мотивацией.

Коррекционная работа с детьми младшего школьного возраста имеет ряд специфических особенностей, которые связаны с теми изменениями, которые происходят с ребенком в связи с поступлением в школу. Во-первых, изменяется социальный статус ребенка: из дошкольника он превращается в ученика. Во-вторых, изменяется ведущий тип деятельности ребенка: на смену игровой приходит учебная деятельность. В-третьих, изменяется социальное окружение ребенка, расширяются межличностные связи. В-четвертых, изменяется эмоциональная сфера ребенка в связи с адаптацией к школьным требованиям.

Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет наибольшие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познания и деятельности.

Актуальность программы

Проблема формирования мотивации в младшем школьном возрасте определяется тем, что именно в период обучения ребёнка в начальной школе, когда учебная деятельность является ведущей, важно создать предпосылки формирования мотивации учения, и к концу обучения в начальной школе придать мотивации определённую форму, то есть сделать её устойчивым личностным образованием ученика.

Актуальность проблемы повышения учебной мотивации младших школьников обусловлена задачами повышения успешности обучения учащихся общеобразовательных школ. Проблемы мотивации обучения характерны для работы начальной школы. Слабая ориентировка при обучении на личностные особенности ученика (единые учебные планы, единообразие заданий, ориентация обучения на высокий уровень усвоения изучаемых предметов) выражается в слабой сформированности мотивов учения. Педагогами и психологами всё чаще отмечается значительный рост числа детей, имеющих или приобретающих «мотивационный вакуум». Это явление часто обусловлено тем, что для значительной части учащихся предъявляемый школой уровень требований оказывается недосягаемым как вследствие индивидуальных способностей, так и ввиду отсутствия интереса к его достижению.

Цель программы

Развитие учебной мотивации и учебно-познавательных мотивов у младших школьников с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Формировать учебно-познавательные мотивы.
2. Формировать коммуникативные и личностные универсальные учебные действия.
3. Продолжать формировать коммуникативные навыки сотрудничества в общении со сверстниками, необходимые для успешного протекания процесса обучения.
4. Повышать уверенность в себе и развивать самостоятельность.
5. Формировать самосознание и адекватную самооценку.
6. Обеспечивать атмосферу эмоционального принятия, снижающую чувства беспокойства и тревоги в ситуациях обучения и общения.
7. Развивать рефлексию, возвращение чувства ответственности за результаты деятельности, воспитание воли.

Планируемые результаты

- Повышение уровня учебной мотивации.
- Развитие познавательных интересов.
- Формирование адекватной самооценки.
- Развитие навыков сотрудничества и коммуникации.
- Снижение уровня тревожности в учебных ситуациях.
- Повышение уверенности в своих силах.
- Формирование навыков саморефлексии.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **14 занятий** (индивидуально или в малой группе, 1 раз в неделю по 30 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–13** — коррекционно-развивающий блок (11 занятий).
- **Занятие 14** — консультация педагога.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (анкета Лускановой, методика «Дерево», тест тревожности);
- дидактические и развивающие игры;
- упражнения на развитие познавательных процессов;
- арт-терапия (рисование);
- беседы;
- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Божович, Л. И. Изучение мотивации поведения детей и подростков / Л. И. Божович. — Москва : Педагогика, 1972.
2. Лусканова, Н. Г. Методы исследования детей с трудностями в обучении / Н. Г. Лусканова. — Москва, 1999.
3. Маркова, А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте / А. К. Маркова. — Москва : Просвещение, 1983.
4. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
5. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.

6. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
7. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
8. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
9. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
10. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Учебная мотивация	Мотивационная анкета (адаптированная)	Н.Г. Лусканова	Определение уровня учебной мотивации младших школьников
Самооценка	Методика «Дерево»	Дж. и Д. Лампен (модификация Л.П. Пономаренко)	Определение Я-концепции и самооценки личности
Тревожность	Проективный тест детской тревожности «Выбери нужное лицо»	Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен	Диагностика уровня тревожности у детей

Тематический план (14 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика (входная)	2	Определение уровня учебной мотивации, самооценки, тревожности.	Мотивационная анкета Лускановой. Методика «Дерево». Проективный тест тревожности «Выбери нужное лицо».	Индивидуальная, диагностическая, проективная
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–13)					
2	Что такое школа?	1	Развивать умение определять свое эмоциональное состояние. Уточнить знания о школе.	«Настроение в цвете». «Что я знаю о школе?». Игра «Первоклассник».	Индивидуальная, игровая, беседа
3	Внимание	1	Развитие произвольного внимания, способности к переключению.	«Настроение в цвете». Игра «Зеваки». Игра «Не пропусти растение».	Индивидуальная, игровая
4	Знаки и символы	1	Научить обозначать предметы символами. Развитие внимания и памяти.	«Настроение в цвете». Игра «Игра художников». Игра «Четыре стихии».	Индивидуальная, игровая
5	Зашифрованная информация	1	Показать методы шифровки и дешифровки	«Настроение в цвете». «Найди отличия». «Опорные сигналы».	Индивидуальная, игровая, упражнение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			информации. Развитие внимания, словарного запаса.	«Разведчики». «Шкала роста».	
6	Противоположности	1	Формирование умения сравнивать противоположные понятия. Развитие обобщения.	«Настроение» (пиктограммы). «Рисование на заданную тему». «Четвертый лишний».	Индивидуальная, игровая, арт-терапия
7	Ассоциации	1	Формирование наблюдательности, воображения. Обогащение словарного запаса.	«Настроение» (пиктограммы). Игра «Ассоциации». Игра «Дорисуй предмет». «Шкала роста».	Индивидуальная, игровая, творческая
8	Читаем. Думаем. Говорим	1	Развитие навыков кодирования информации, публичного выступления.	«Настроение в цвете». «Рассказ по картинке». «Самый-самый». «Шкала роста».	Индивидуальная, беседа, упражнение
9	Умное предложение	1	Расширить знания о соответствии причины и следствия. Развитие мышления.	«Настроение в цвете». «Составь предложение». «Неоконченное предложение». «Шкала роста».	Индивидуальная, игровая, упражнение
10	Математический урок	1	Развитие пространственного мышления. Снятие	«Настроение в цвете». «Задачи на движение». «Заполни	Индивидуальная, игровая, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			негативных переживаний.	пропуски». Рисование «Кто чего боится». «Шкала роста».	
11	Что меня окружает	1	Расширение знаний о предметах и явлениях. Развитие умения находить общее.	«Настроение» (пиктограммы). «Что меня окружает». «Найди общее». «Шкала роста».	Индивидуальная, беседа, игровая
12	Мир профессий	1	Расширить знания о профессиях. Выявить профессиональные наклонности.	«Настроение в цвете». «Мир профессий». «Кем я хочу быть». «Шкала роста».	Индивидуальная, игровая, беседа
13	Обобщение. Подведение итогов	1	Проанализировать свои умения и навыки. Развитие рефлексии.	«Настроение» (пиктограммы). «Что я умею, чего не умею, чему хочу научиться». Рисунок «Наш дружный класс». «Шкала роста».	Индивидуальная, беседа, арт-терапия, рефлексия
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ БЛОК (занятие 14)					
14	Консультация педагога	1	Информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося.	Консультация. Выдача рекомендаций.	Консультация

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика (входная)

Цель: определение уровня учебной мотивации, самооценки, тревожности.

Задачи:

- провести мотивационную анкету Лускановой;
- провести методику «Дерево» (самооценка);
- провести проективный тест детской тревожности «Выбери нужное лицо»;
- установить доверительный контакт с ребенком.

Оборудование: бланки анкет, листы для методики «Дерево», карточки для теста тревожности, цветные карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта с ребёнком. Объяснение целей диагностики. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Мотивационная анкета Лускановой – ребёнок отвечает на вопросы о школе (с помощью психолога). 2. Методика «Дерево» – ребёнок выбирает человечка на дереве, который похож на него, затем обсуждаем выбор. 3. Проективный тест тревожности «Выбери нужное лицо» – ребёнку показывают картинки с ситуациями, он выбирает лицо (весёлое или грустное).
Заключительная часть	Краткое обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Что такое школа?

Цель: развивать умение определять свое эмоциональное состояние. Уточнить знания о школе.

Задачи:

- уточнить знания о школе и школьных принадлежностях;
- воспитывать желание учиться;
- развивать умение определять своё эмоциональное состояние.

Оборудование: геометрические фигуры разных цветов, портфель, школьные принадлежности, посторонние предметы.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета,

Этап	Содержание
	отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Упражнение «Что я знаю о школе?» – беседа о школе, учителе, уроке, перемене, отметках, каникулах (с использованием наглядных опор). 2. Игра «Первоклассник» – ребёнок собирает портфель из предложенных предметов (выбирает только школьные принадлежности).
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 3. Внимание

Цель: развитие произвольного внимания, способности к переключению.

Задачи:

- развивать произвольное внимание;
- развивать способность к переключению внимания;
- развивать умение определять своё эмоциональное состояние.

Оборудование: геометрические фигуры разных цветов, карточки со словами (для игры «Не пропусти растение»).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Игра «Зеваки» – ребёнок идёт по кругу, по сигналу «Стоп» останавливается, делает 4 хлопка, поворачивается на 180° и продолжает движение. 2. Игра «Не пропусти растение» – психолог называет слова, ребёнок должен встать, когда услышит название растения.
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 4. Знаки и символы

Цель: научить обозначать предметы символами и значками. Развитие внимания и памяти.

Задачи:

- научить обозначать предметы символами (основы моделирования);

- развивать коммуникативные навыки, память;
- развивать внимание.

Оборудование: лист бумаги, расчерченный на 20 клеток, простой карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Игра «Игра художников» – психолог называет предметы, ребёнок в каждой клеточке рисует значок или символ этого предмета. Затем называет нарисованные предметы, объясняя свой рисунок. 2. Игра «Четыре стихии» – психолог произносит слова: «земля» – руки вниз; «вода» – руки вперёд; «воздух» – руки вверх; «огонь» – вращение руками в локтях.
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 5. Зашифрованная информация

Цель: показать методы шифровки и дешифровки информации. Развитие внимания, словарного запаса.

Задачи:

- развивать внимание, словарный запас, кругозор;
- развивать моторно-слуховую память;
- отрабатывать навыки адекватного оценивания себя.

Оборудование: картинки с отличиями, стулья для игры «Разведчики».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Игра «Найди отличия» – ребёнок находит отличия на двух картинках. 2. Игра «Опорные сигналы» – психолог называет косвенные признаки предмета, ребёнок угадывает предмет. 3. Игра «Разведчики» – ребёнок (разведчик) проходит через комнату, обходя стулья, затем второй ребёнок (командир) должен провести отряд тем же путём.

Этап	Содержание
	4. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя (звездочка – высоко, флажок – средне, грибок – низко).
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 6. Противоположности

Цель: формирование умения сравнивать противоположные понятия. Развитие обобщения.

Задачи:

- формировать умение сравнивать противоположные понятия;
- развивать умение обобщать предметы;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: пиктограммы эмоций, бумага, цветные карандаши, карточки для игры «Четвертый лишний».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение.
Основная часть	1. Игра «Рисование на заданную тему» – ребёнок рисует противоположные понятия (добро и зло, весёлое и грустное). 2. Обсуждение рисунков – «Что ты нарисовал? Почему?». 3. Упражнение «Четвертый лишний» – ребёнок находит лишний предмет в ряду и объясняет почему.
Заключительная часть	Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 7. Ассоциации

Цель: формирование наблюдательности, воображения. Обогащение словарного запаса.

Задачи:

- развивать наблюдательность, воображение;
- обогащать словарный запас;
- развивать творческое мышление.

Оборудование: пиктограммы эмоций, бумага, цветные карандаши, геометрические фигуры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение.
Основная часть	1. Игра «Ассоциации» – ребёнок с помощью мимики и жестов показывает животное или персонажа, психолог угадывает. 2. Игра «Дорисуй предмет» – ребёнку предлагаются геометрические фигуры, которые нужно дополнить до законченного предмета. 3. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя.
Заключительная часть	Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 8. Читаем. Думаем. Говорим

Цель: развитие навыков кодирования информации, публичного выступления.

Задачи:

- развивать навыки кодирования и перекодирования информации;
- развивать навык публичного выступления;
- развивать уверенность в своей уникальности.

Оборудование: сюжетные картинки, геометрические фигуры для игры «Настроение в цвете», звездочки для упражнения «Самый-самый».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Упражнение «Рассказ по картинке» – ребёнок составляет рассказ по предложенной картинке, затем оценивает свой рассказ. 2. Игра «Самый-самый» – ребёнок рассказывает о самом лучшем поступке в своей жизни. 3. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя.
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 9. Умное предложение

Цель: расширить знания о соответствии причины и следствия. Развитие мышления.

Задачи:

- расширить знания о соответствии причины и следствия;
- развивать мышление (анализ и синтез);
- отрабатывать навыки адекватного оценивания себя.

Оборудование: геометрические фигуры для игры «Настроение в цвете», карточки со словами для составления предложений.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Упражнение «Составь предложение» – ребёнок составляет предложения из предложенных слов, затем выбирает самое красивое, самое быстрое, самое правильное. 2. Игра «Неоконченное предложение» – ребёнок заканчивает предложения на тему «Моя школа». 3. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя.
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 10. Математический урок

Цель: развитие пространственного мышления. Снятие негативных переживаний.

Задачи:

- развивать пространственное мышление;
- развивать навыки соотнесения общего и частного;
- снимать негативные переживания.

Оборудование: геометрические фигуры для игры «Настроение в цвете», задания на движение, заполнение пропусков, бумага и карандаши для рисования.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Упражнение «Задачи на движение» – решение простых задач на движение (с использованием наглядных опор). 2. Упражнение «Заполни пропуски в равенствах» –

Этап	Содержание
	заполнение пропусков в простых примерах. 3. Рисование на тему «Кто чего боится» – ребёнок рисует свой страх, затем обсуждает рисунок.
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Упражнение «Шкала роста». Прощание.

Занятие № 11. Что меня окружает

Цель: расширение знаний о предметах и явлениях. Развитие умения находить общее.

Задачи:

- расширять знания о предметах и явлениях живой природы;
- развивать умение находить общее;
- развивать умение высказывать своё мнение.

Оборудование: пиктограммы эмоций, карточки с изображениями времен года, животных, растений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение.
Основная часть	1. Упражнение «Что меня окружает» – ребёнок составляет рассказ о домашнем животном, о времени года, о явлениях природы. 2. Игра «Найди общее» – ребёнок находит общие признаки у предметов на карточках. 3. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя.
Заключительная часть	Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 12. Мир профессий

Цель: расширить знания о профессиях. Выявить профессиональные наклонности.

Задачи:

- расширить знания о профессиях;
- пополнить словарный запас;
- выявить профессиональные наклонности.

Оборудование: геометрические фигуры для игры «Настроение в цвете», карточки с изображением инструментов, аксессуары профессий.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние в начале занятия.
Основная часть	1. Игра «Мир профессий» – ребёнок выбирает карточку с инструментом и рассказывает о профессии. 2. Игра «Кем я хочу быть» – ребёнок обыгрывает профессию, используя аксессуары (шапочка врача, указка учителя). 3. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя.
Заключительная часть	Игра «Настроение в цвете» – ребёнок выбирает фигуру, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 13. Обобщение. Подведение итогов

Цель: проанализировать свои умения и навыки. Развитие рефлексии.

Задачи:

- проанализировать свои умения и навыки;
- развивать рефлексию;
- подвести итоги занятий.

Оборудование: пиктограммы эмоций, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение.
Основная часть	1. Игра «Что я умею, чего не умею, чему хочу научиться» – ребёнок составляет три списка и обсуждает их. 2. Рисунок «Наш дружный класс» – ребёнок рисует свой класс. 3. Упражнение «Шкала роста» – ребёнок оценивает себя. 4. Общее обсуждение – «Что понравилось на занятиях? Что было полезным? Что было самым трудным?».
Заключительная часть	Игра «Настроение» с помощью пиктограммы – ребёнок выбирает пиктограмму, отражающую его настроение в конце занятия. Прощание.

Занятие № 14. Консультация педагога

Цель: информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося.

Задачи:

- обсудить результаты диагностики и динамику изменений;
- разработать рекомендации для педагога.

Оборудование: протоколы диагностики, записи наблюдений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие педагога.
Основная часть	1. Обсуждение результатов диагностики – психолог информирует педагога об уровне учебной мотивации, самооценки, тревожности ребенка. 2. Обсуждение динамики – изменения, произошедшие за время занятий. 3. Разработка рекомендаций – совместное обсуждение стратегий работы с ребенком в классе.
Заключительная часть	Ответы на вопросы.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

«Развиваем мышление: познавательная деятельность»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с трудностями в развитии познавательной деятельности в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий I класс (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с трудностями в развитии познавательных процессов: недостаточным уровнем сформированности памяти, внимания, мышления, восприятия, низкой познавательной активностью.

Дети с нарушениями слуха имеют специфические особенности познавательного развития, связанные с первичным дефектом: ограниченность сенсорного опыта, сужение объёма восприятия, трудности в установлении причинно-следственных связей, недостаточная сформированность мыслительных операций. Программа направлена на развитие познавательных процессов, формирование положительной мотивации к обучению и создание условий для успешного усвоения знаний.

Актуальность программы

В младшем школьном возрасте активно развиваются познавательные процессы: восприятие, внимание, память, мышление, воображение. У детей с нарушениями слуха эти процессы имеют свои особенности: замедленный темп развития, трудности переключения внимания, преобладание наглядно-образного мышления над словесно-логическим, недостаточная сформированность операций анализа и синтеза.

Программа направлена на создание положительной мотивации к познавательной деятельности, формирование познавательного интереса к предметам и знаниям, развитие высших психических функций через специально построенную систему заданий, которые помогают преодолеть неустойчивость внимания, непроизвольность процессов запоминания и ведут к развитию мыслительной деятельности.

Цель программы

Создание положительной мотивации к познавательной деятельности, формирование познавательного интереса к предметам и знаниям; развитие эмоционально-коммуникативной сферы и высших психических функций (память, внимание, мышление, восприятие).

Задачи программы

1. Развитие анализа, синтеза и обобщения.
2. Формирование умения определять форму, цвет, величину окружающих предметов.
3. Развитие навыков счёта и умения соотносить цветовую гамму с образом.
4. Расширение словаря детей через работу с буквами и словами.
5. Развитие понятийного мышления через классификацию объектов по одному и нескольким признакам.
6. Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации.
7. Развитие концентрации, переключения, устойчивости, объёма и распределения внимания.
8. Развитие основных видов чувствительности (тактильной, зрительной, слуховой).
9. Развитие логического мышления, аналитических способностей и способности рассуждать.
10. Развитие воображения и творческих способностей.
11. Обучение пониманию эмоциональных состояний людей через работу с пиктограммами.

Планируемые результаты

- Повышение уровня сформированности познавательных процессов (памяти, внимания, мышления).
- Развитие умения сравнивать, анализировать, обобщать, классифицировать.
- Увеличение объёма и устойчивости внимания.
- Развитие зрительной и слуховой памяти.
- Расширение словарного запаса.
- Формирование познавательного интереса и положительной мотивации к учёбе.
- Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (индивидуально или в группе, 1 раз в неделю по 20–30 минут).

- **Занятие 1** — диагностический блок.
- **Занятия 2–19** — коррекционно-развивающий блок (18 занятий).
- **Занятие 20** — итоговое занятие (консультирование классного руководителя).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика;
- дидактические игры и упражнения;
- работа в тетради (прописи, штриховка, графические диктанты);
- психогимнастика (дыхательные и глазодвигательные упражнения);
- динамические паузы;
- упражнения на развитие сенсорной сферы;
- работа с пиктограммами;
- рисование на песке;
- аппликация.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования (диагностический чемоданчик Семаго, дидактические пособия, тетради).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса и воспитателями.

Актуализированный список литературы

1. Пивоварова, Е. В. Программа 1 / Е. В. Пивоварова. — Москва : ЦППРиК «Строгино» СЗАО, 2010.
2. Пискун, О. Ю. Программа коррекционно-развивающих занятий IV класс / О. Ю. Пискун. — Новосибирск, 2002.
3. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
4. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
8. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
9. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей / Л. Ф. Тихомирова, А. В. Басов. — Ярославль : Академия развития, 1998.
10. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей / Л. В. Черемошкина. — Ярославль : Академия развития, 1998.

11. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Познавательное развитие	Диагностический альбом	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Комплексное обследование уровня сформированности познавательной деятельности (память, внимание, мышление, восприятие)
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант	Исследование объёма зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Мышление	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации
Мышление	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн (адаптация)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятие 1)					
1	Комплексная диагностика	1	Выявление уровня сформированности познавательной деятельности (память, внимание, мышление, восприятие).	Диагностический чемоданчик Семаго. «Запоминание 10 слов». Корректурная проба. «Четвёртый лишний».	Индивидуальная, диагностическая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 2–19)					
Раздел 1. Развитие мышления (занятия 2–6)					
2	Учимся сравнивать	1	Развитие анализа, синтеза и обобщения.	«Учимся сравнивать» (сравнение предметов). «Проверь себя». «Обведи и раскрась».	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
3	Форма и цвет	1	Определение формы окружающих предметов.	«Разложи предметы по цвету». «Сложи квадрат». «Раскрась квадрат».	Индивидуальная, дидактическая игра, творческая работа
4	Соответствие	1	Определение формы	«Найди пару».	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			окружающих предметов.	«Заполни пустую клетку». Аппликация.	дидактическая игра, аппликация
5	Счёт и цифры	1	Развитие умения соотносить цветовую гамму с образом. Навыки счёта.	«Цифры». «Посчитай». «Раскраска».	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
6	Буквы	1	Работа над расширением словаря детей.	«Найди фигуру». «Допиши букву». «Обведи предмет и раскрась».	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
Раздел 2. Развитие восприятия и внимания (занятия 7–11)					
7	Классификация объектов	1	Развитие понятийного мышления. Классификация объектов по одному и нескольким признакам.	Сортировка по цвету и форме. «Нос, пол, потолок».	Индивидуальная, дидактическая игра, динамическая пауза
8	Концентрация внимания	1	Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации. Развитие навыков саморегуляции.	Психогимнастика (дыхательные, глазодвигательные упражнения). Работа в тетради. Динамическая пауза («Саймон сказал», «Весёлый счёт»). Графический диктант.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				Штриховка.	
9	Распознавание предметов	1	Развитие основных видов чувствительности. Определение формы окружающих предметов.	Распознавание предметов с помощью осязания. Сравнение объектов по различным признакам.	Индивидуальная, сенсорная игра, работа в тетради
10	Быстрота реакции	1	Совершенствование мыслительных операций.	Психогимнастика. Работа в тетради. Динамическая пауза («Нос, пол, потолок»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради
11	Определение предмета с помощью осязания	1	Развитие тактильно-вибрационных ощущений.	Определение направления источника звука по вибрации. Определение предмета с помощью осязания (загадки-описания).	Индивидуальная, сенсорная игра
Раздел 3. Развитие логического мышления (занятия 12–16)					
12	Логическое	1	Обучение поиску	Психогимнастика.	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	мышление		закономерностей. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.	Работа в тетради. Динамическая пауза («Гимнастика в зоопарке»). Графический диктант. Штриховка.	психогимнастика, работа в тетради
13	Работа с пиктограммами	1	Обучение пониманию эмоциональных состояний людей; обучение раскрытию образа с помощью цвета.	Работа с пиктограммами (аппликация). Динамическая пауза («Четыре стихии», «Из чего»).	Индивидуальная, творческая работа, динамическая пауза
14	Совершенствование мыслительных операций	1	Развитие быстроты реакции. Совершенствование мыслительных операций.	Психогимнастика. Работа в тетради. Динамическая пауза («Нос, пол, потолок»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради
15	Свойства внимания	1	Развитие свойств внимания (объёма, распределения, концентрации, устойчивости и переключения).	«Минутка». «Что изменилось?». Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, игровая, работа в тетради

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
16	Мыслительные способности	1	Развитие мыслительных способностей.	Складывание серий картинок (из 3, из 4, из 5). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
Раздел 4. Развитие воображения (занятия 17–19)					
17	Развитие воображения	1	Работа над расширением словаря детей.	Кляксография. Динамическая пауза («Лево-право», «Будь внимателен»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, творческая работа, динамическая пауза
18	Мыслительные способности	1	Развитие мыслительных способностей.	Рисование на песке. «На что похоже?». Дорисовать рисунки.	Индивидуальная, творческая работа, игровая
19	Понимание чувств и настроений	1	Понимание чувств и настроения. Завершающее занятие.	Рисование настроения в цвете. Обсуждение.	Индивидуальная, творческая работа, беседа
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ БЛОК (занятие 20)					
20	Итоговая консультация	1	Подведение итогов. Определение перспектив дальнейшей работы.	Беседа с классным руководителем о динамике развития	Консультация

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				ребёнка, рекомендации.	

Конспекты занятий

Занятие № 1. Комплексная диагностика

Цель: выявление уровня сформированности познавательной деятельности (память, внимание, мышление, восприятие).

Задачи:

- оценить уровень слухоречевой и зрительной памяти;
- оценить концентрацию, устойчивость и переключение внимания;
- оценить уровень развития мышления (обобщение, классификация);
- оценить уровень сформированности восприятия.

Оборудование: диагностический чемоданчик Семаго, бланки методик («10 слов», корректурная проба, «Четвёртый лишний»), протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение целей диагностики. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Диагностический чемоданчик Семаго – выполнение заданий на оценку восприятия, мышления, внимания (в зависимости от возраста). 2. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 3. Корректурная проба – вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 4. «Четвёртый лишний» – ребёнок находит лишнюю картинку и объясняет выбор.
Заключительная часть	Краткое обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Учимся сравнивать

Цель: развитие анализа, синтеза и обобщения.

Задачи:

- учить сравнивать предметы по различным признакам;
- развивать умение находить сходства и различия;
- развивать аналитические способности.

Оборудование: раздаточный материал с изображениями, тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие, настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Упражнение «Учимся сравнивать» – ребёнок сравнивает два предмета (например, яблоко и мяч), находит сходства и различия. 2. Упражнение «Проверь себя» – ребёнок выполняет задания на поиск отличий между картинками. 3. «Обведи и раскрась» – ребёнок обводит по контуру и раскрашивает предметы, затем описывает их признаки.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты сегодня научился сравнивать?». Прощание.

Занятие № 3. Форма и цвет

Цель: определение формы окружающих предметов.

Задачи:

- учить различать и называть основные цвета;
- учить определять форму предметов;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: коробка с разноцветными выемками и вкладышами, набор для игры «Сложи квадрат», цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Назови цвет».
Основная часть	1. «Разложи предметы по цвету» – ребёнок раскладывает вкладыши по цветам в соответствующие ячейки. 2. «Сложи квадрат» – ребёнок собирает квадрат из частей (треугольников, прямоугольников). 3. «Раскрась квадрат» – ребёнок раскрашивает квадрат в разные цвета по инструкции.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой цвет тебе понравился больше всего?». Прощание.

Занятие № 4. Соответствие

Цель: определение формы окружающих предметов.

Задачи:

- учить находить пары по сходству;

- развивать логическое мышление;
- развивать творческие способности через аппликацию.

Оборудование: карточки для игры «Найди пару», бланк для «Заполни пустую клетку», бумага для аппликации, ножницы, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Найди пару» – ребёнок находит пару каждому предмету по заданному признаку. 2. «Заполни пустую клетку» – ребёнок определяет закономерность и вставляет недостающий элемент. 3. Аппликация – ребёнок создаёт изображение из вырезанных деталей.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче делать?». Прощание.

Занятие № 5. Счёт и цифры

Цель: развитие умения соотносить цветовую гамму с образом. Навыки счёта.

Задачи:

- закреплять навыки счёта;
- учить соотносить количество с цифрой;
- развивать мелкую моторику через раскрашивание.

Оборудование: карточки с цифрами, карточки с предметами для счёта, раскраски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Посчитай».
Основная часть	1. «Цифры» – ребёнок знакомится с цифрами, обводит их пальцем. 2. «Посчитай» – ребёнок считает предметы и соотносит с соответствующей цифрой. 3. «Раскраска» – ребёнок раскрашивает картинку по цифрам (соединяет цифры по порядку).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая цифра тебе запомнилась?». Прощание.

Занятие № 6. Буквы

Цель: работа над расширением словаря детей.

Задачи:

- знакомить с буквами;
- развивать фонематическое восприятие;
- расширять словарный запас.

Оборудование: карточки с буквами, картинки, тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Найди букву».
Основная часть	1. «Найди фигуру» – ребёнок находит заданную букву среди других. 2. «Допиши букву» – ребёнок дописывает недостающую часть буквы. 3. «Обведи предмет и раскрась» – ребёнок обводит предмет, называет его и раскрашивает.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая буква тебе понравилась больше всего?». Прощание.

Занятие № 7. Классификация объектов

Цель: развитие понятийного мышления. Классификация объектов по одному и нескольким признакам.

Задачи:

- учить группировать предметы по цвету и форме;
- развивать умение выделять общий признак;
- развивать внимание и быстроту реакции.

Оборудование: карточки для сортировки, набор предметов, карточки с направлениями для игры «Нос, пол, потолок».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Сортировка по цвету и форме – ребёнок раскладывает карточки по группам (сначала по цвету, затем по форме). 2. Усложнение – классификация по двум признакам одновременно (например, все красные круги). 3. Игра «Нос, пол, потолок» – ребёнок показывает направления, следуя словесным командам психолога.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 8. Концентрация внимания

Цель: развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации. Развитие навыков саморегуляции.

Задачи:

- развивать концентрацию и устойчивость внимания;
- развивать пространственное восприятие;
- формировать навыки саморегуляции.

Оборудование: коврик для психогимнастики, тетрадь, карандаши, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – дыхательные упражнения (вдох через нос – выдох через рот), глазодвигательные упражнения (слежение за предметом). 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Саймон сказал» (выполнение команд с ключевой фразой), «Весёлый счёт» (счёт с движениями). 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры в заданном направлении.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое задание было самым сложным?». Прощание.

Занятие № 9. Распознавание предметов

Цель: развитие основных видов чувствительности. Определение формы окружающих предметов.

Задачи:

- развивать тактильную чувствительность;
- учить распознавать предметы на ощупь;
- учить описывать предмет по признакам.

Оборудование: непрозрачный мешочек с мелкими предметами (ключ, карандаш, монета, колпачок, пуговица), карточки с предметами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Распознавание предметов с помощью осязания – ребёнок опускает руку в мешочек, выбирает предмет, ощупывает его и описывает (не глядя), затем достаёт и проверяет. 2. Сравнение объектов по различным признакам – ребёнок сравнивает два предмета, называя их признаки (цвет, форма, величина, назначение). 3. Самостоятельное выделение признаков – ребёнок описывает предмет по заданию психолога.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче – найти предмет или описать его?». Прощание.

Занятие № 10. Быстрота реакции

Цель: совершенствование мыслительных операций.

Задачи:

- развивать быстроту реакции;
- развивать внимание и мышление;
- закреплять навыки письма.

Оборудование: психогимнастические материалы, тетрадь, карандаши, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – повторение ранее изученных упражнений. 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Нос, пол, потолок» (быстрая смена движений по команде). 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогло быть быстрым?». Прощание.

Занятие № 11. Определение предмета с помощью осязания

Цель: развитие тактильно-вибрационных ощущений.

Задачи:

- развивать слухо-вибрационное восприятие;
- развивать тактильную чувствительность;
- учить описывать предмет по ощущениям.

Оборудование: музыкальные инструменты (бубен, дудочка, гармошка, барабан), непрозрачный мешочек с предметами, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Определение направления источника звука по вибрации – психолог извлекает звуки из разных инструментов, ребёнок определяет, какой инструмент звучит. 2. Определение предмета с помощью осязания – ребёнок достаёт из мешочка предмет, изучает его на ощупь, затем загадывает загадку-описание (не называя предмет), психолог угадывает или наоборот. 3. Обсуждение – «Какие свойства предмета ты ощутил?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче – угадать звук или предмет?». Прощание.

Занятие № 12. Логическое мышление

Цель: обучение поиску закономерностей. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.

Задачи:

- учить находить закономерности в рядах;
- развивать аналитические способности;
- развивать способность рассуждать.

Оборудование: тетрадь, карандаши, карточки с заданиями, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – повторение ранее изученных упражнений.

Этап	Содержание
	2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Гимнастика в зоопарке» (имитация движений животных). 4. Поиск закономерностей – «Продолжи ряд» (цвет, форма, размер). 5. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 6. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 13. Работа с пиктограммами

Цель: обучение пониманию эмоциональных состояний людей; обучение раскрытию образа с помощью цвета.

Задачи:

- учить распознавать эмоции по пиктограммам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- развивать творческие способности.

Оборудование: карточки с пиктограммами, материалы для аппликации, цветная бумага, клей, ножницы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Угадай эмоцию».
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – ребёнок рассматривает пиктограммы, называет эмоции (радость, грусть, гнев, страх, удивление). 2. Аппликация «Пиктограмма» – ребёнок создаёт пиктограмму из цветной бумаги (по выбору). 3. Динамическая пауза – «Четыре стихии» (движения по командам «земля», «вода», «воздух», «огонь»). 4. Игра «Из чего» – ребёнок определяет, из чего сделан предмет, и называет его свойства.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое настроение тебе понравилось изображать?». Прощание.

Занятие № 14. Совершенствование мыслительных операций

Цель: развитие быстроты реакции. Совершенствование мыслительных операций.

Задачи:

- закреплять мыслительные операции;
- развивать быстроту реакции;
- развивать навыки письма.

Оборудование: тетрадь, карандаши, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – повторение ранее изученных упражнений. 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Нос, пол, потолок». 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое задание тебе понравилось больше?». Прощание.

Занятие № 15. Свойства внимания

Цель: развитие свойств внимания (объёма, распределения, концентрации, устойчивости и переключения).

Задачи:

- развивать объём внимания;
- развивать концентрацию и устойчивость;
- развивать переключение внимания.

Оборудование: набор предметов, бланки для игры «Что изменилось?», тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Минутка» – подготовка рабочего места за ограниченное время.
Основная часть	1. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, ребёнок запоминает, затем отвертывается, психолог меняет местами предметы, ребёнок находит изменения. 2. Усложнение – увеличение количества предметов. 3. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 4. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная	Рефлексия: «Сколько изменений ты запомнил?». Прощание.

Этап	Содержание
часть	

Занятие № 16. Мыслительные способности

Цель: развитие мыслительных способностей.

Задачи:

- развивать умение устанавливать последовательность;
- развивать логическое мышление;
- развивать навыки письма.

Оборудование: серии картинок (из 3, 4, 5 частей), тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Складывание серий картинок – ребёнок раскладывает картинки в правильной последовательности (сначала из 3, затем из 4, затем из 5). 2. Составление рассказа по картинкам (жестами и словами). 3. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 4. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая последовательность была самой трудной?». Прощание.

Занятие № 17. Развитие воображения

Цель: работа над расширением словаря детей.

Задачи:

- развивать воображение через кляксографию;
- расширять словарный запас;
- развивать внимание и мелкую моторику.

Оборудование: бумага, чернила/гуашь, трубочки для выдувания, фартуки, акварельные краски, тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Кляксография – ребёнок ставит кляксу на листе, выдувает её через трубочку, создавая образ (дерево, цветок, фантастическое существо). 2. Дорисовывание – ребёнок дорисовывает кляксу до целостного образа акварельными красками. 3. Динамическая пауза – «Лево-право» (пальчиковые игры на различение сторон), «Будь внимателен» (игра на внимание с предметами). 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «На что похожа твоя клякса?». Прощание.

Занятие № 18. Мыслительные способности

Цель: развитие мыслительных способностей.

Задачи:

- развивать воображение;
- развивать ассоциативное мышление;
- развивать творческие способности.

Оборудование: песочный стол, карточки с изображениями (незаконченные рисунки, абстрактные формы), бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Рисование на песке – ребёнок рисует на песке под руководством психолога (элементы, затем осмысленную картинку), затем самостоятельно. 2. «На что похоже?» – ребёнок смотрит на абстрактное изображение и придумывает, на что оно похоже. 3. Дорисовать рисунки – ребёнок дорисовывает незаконченные изображения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе больше понравилось – рисовать на песке или дорисовывать?». Прощание.

Занятие № 19. Понимание чувств и настроений

Цель: понимание чувств и настроения. Завершающее занятие.

Задачи:

- учить выражать настроение через цвет;
- развивать эмоциональный интеллект;
- подвести итоги коррекционной работы.

Оборудование: бумага, краски, цветные карандаши, кисти.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Рисование настроения в цвете – ребёнок подбирает цвет к заданной эмоции (например, «веселье», «страх», «обида», «злость», «любовь»). 2. Обсуждение – «Почему ты выбрал этот цвет?», «Что ты чувствуешь сейчас?». 3. Итоговая беседа – «Что тебе запомнилось на занятиях?», «Какое задание было самым интересным?».
Заключительная часть	Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 20. Итоговая консультация

Цель: подведение итогов. Определение перспектив дальнейшей работы.

Задачи:

- обсудить динамику развития ребёнка;
- дать рекомендации классному руководителю;
- определить перспективы дальнейшей работы.

Оборудование: протоколы диагностики, записи наблюдений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие классного руководителя.
Основная часть	1. Обсуждение динамики развития ребёнка – сравнение результатов первичной и итоговой диагностики. 2. Рекомендации по дальнейшей работе с ребёнком в классе. 3. Определение перспектив дальнейшей работы (необходимость продолжения занятий или переход на самостоятельное развитие).
Заключительная	Ответы на вопросы. Прощание.

Этап	Содержание
часть	

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Эмоции и мышление»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с трудностями в развитии эмоционально-волевой сферы и познавательной деятельности в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий I класс (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с трудностями в развитии эмоционально-волевой сферы и познавательных процессов.

Дети с нарушениями слуха имеют специфические особенности развития эмоционально-волевой сферы: трудности в распознавании и выражении эмоций, повышенная тревожность, импульсивность, недостаточная саморегуляция. Эти особенности тесно связаны с ограничениями познавательного развития: недостаточная сформированность мыслительных операций, сниженная познавательная активность, трудности концентрации внимания.

Программа направлена на развитие как эмоционально-волевой сферы (умение распознавать и выражать эмоции, навыки саморегуляции), так и познавательной деятельности (внимание, память, мышление, восприятие) в их взаимосвязи.

Актуальность программы

Эмоционально-волевая сфера и познавательные процессы тесно взаимосвязаны. Эмоциональный дискомфорт, тревожность, импульсивность препятствуют полноценному познавательному развитию, а недостатки познавательной деятельности могут вызывать эмоциональные трудности. У детей с нарушениями слуха эта взаимосвязь особенно выражена.

Программа направлена на создание положительной мотивации к познавательной деятельности, формирование познавательного интереса и развитие эмоционально-волевой сферы через специально построенную систему заданий, которые помогают преодолеть неустойчивость внимания, непроизвольность процессов запоминания и ведут к развитию мыслительной деятельности.

Цель программы

Создание положительной мотивации к познавательной деятельности, формирование познавательного интереса к предметам и знаниям, развитие эмоционально-волевой сферы и высших психических функций (память, внимание, мышление, восприятие).

Задачи программы

1. Развитие эмоционально-волевой сферы: умения распознавать и выражать эмоции, навыков саморегуляции и самоконтроля.
2. Развитие анализа, синтеза и обобщения.
3. Формирование умения определять форму, цвет, величину окружающих предметов.
4. Развитие понятийного мышления через классификацию объектов по одному и нескольким признакам.
5. Развитие концентрации, переключения, устойчивости, объёма и распределения внимания.
6. Развитие основных видов чувствительности (тактильной, зрительной, слуховой).
7. Развитие логического мышления, аналитических способностей и способности рассуждать.
8. Развитие воображения и творческих способностей.
9. Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля.

Планируемые результаты

- Повышение уровня сформированности познавательных процессов (памяти, внимания, мышления).
- Развитие умения распознавать и называть эмоции.
- Формирование навыков саморегуляции и самоконтроля.
- Развитие умения сравнивать, анализировать, обобщать, классифицировать.
- Увеличение объёма и устойчивости внимания.
- Формирование познавательного интереса и положительной мотивации к учёбе.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **18 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 20–30 минут).

- **Занятие 1** — диагностический блок.
- **Занятия 2–16** — коррекционно-развивающий блок (15 занятий).
- **Занятие 17** — итоговое занятие.
- **Занятие 18** — консультирование классного руководителя.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика;
- дидактические игры и упражнения;
- работа в тетради (прописи, штриховка, графические диктанты);
- психогимнастика (дыхательные и глазодвигательные упражнения);
- динамические паузы;
- упражнения на развитие сенсорной сферы;
- работа с пиктограммами;
- рисование настроения в цвете;
- кляксография;
- рисование на песке.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования (диагностический чемоданчик Семаго, дидактические пособия, тетради).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса и воспитателями.

Актуализированный список литературы

1. Пивоварова, Е. В. Программа 1 / Е. В. Пивоварова. — Москва : ЦППРиК «Строгино» СЗАО, 2010.
2. Пискун, О. Ю. Программа коррекционно-развивающих занятий IV класс / О. Ю. Пискун. — Новосибирск, 2002.
3. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
4. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.

10. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей / Л. Ф. Тихомирова, А. В. Басов. — Ярославль : Академия развития, 1998.
11. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей / Л. В. Черемошкина. — Ярославль : Академия развития, 1998.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
14. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Познавательное развитие	Диагностический альбом	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Комплексное обследование уровня сформированности познавательной деятельности (память, внимание, мышление, восприятие)
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки» (10 предметных картинок)	Адаптированный вариант	Исследование объёма зрительной памяти
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Мышление	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения и классификации
Мышление	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн (адаптация)	Оценка понимания причинно-следственных и временных связей
Эмоциональн	Проективная	М.А.	Диагностика

Сфера	Методика	Источник	Цель
ая сфера	методика «Кактус»	Панфилова	агрессивности, импульсивности, тревожности, самооценки
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности, комфорта/дискомфорта

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятие 1)					
1	Комплексная диагностика	1	Выявление уровня сформированности познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы.	Диагностический чемоданчик Семаго. «Запоминание 10 слов». Корректурная проба. «Четвёртый лишний». Методика «Кактус». Цветовой тест Люшера.	Индивидуальная, диагностическая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 2–16)					
Раздел 1. Развитие познавательных процессов (занятия 2–8)					
2	Знакомство и буквы	1	Работа над расширением словаря детей.	«Найди фигуру». «Допиши букву». «Обведи предмет и раскрась».	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
3	Классификация объектов	1	Развитие понятийного мышления. Классификация объектов по одному и нескольким признакам.	Сортировка по цвету и форме. «Нос, пол, потолок».	Индивидуальная, дидактическая игра, динамическая пауза
4	Концентрация внимания	1	Развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации. Развитие навыков саморегуляции.	Психогимнастика (дыхательные, глазодвигательные упражнения). Работа в тетради. Динамическая пауза («Падающая Башня»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
5	Распознавание предметов	1	Развитие основных видов чувствительности. Определение формы окружающих предметов.	Распознавание предметов с помощью осязания. Сравнение объектов по различным признакам.	Индивидуальная, сенсорная игра, работа в тетради
6	Быстрота реакции	1	Совершенствование мыслительных операций.	Психогимнастика. Работа в тетради. Динамическая пауза («Зеваки», «Условные сигналы»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради
7	Определение предмета с помощью осязания	1	Развитие тактильно-вибрационных ощущений.	Определение направления источника звука по вибрации. Определение предмета с помощью осязания.	Индивидуальная, сенсорная игра
8	Логическое мышление	1	Обучение поиску закономерностей. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.	Психогимнастика. Работа в тетради. Динамическая пауза («Четыре стихии», «Слепой и поводырь», «Паровоз»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради
Раздел 2. Развитие эмоционально-волевой сферы (занятия 9–13)					
9	Работа с пиктограммами	1	Обучение пониманию эмоциональных состояний людей; обучение раскрытию образа с помощью цвета.	Работа с пиктограммами. Динамическая пауза (этюды по согласованным действиям, «Что из чего?»).	Индивидуальная, творческая работа, динамическая пауза

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
10	Совершенствование мыслительных операций	1	Развитие быстроты реакции. Совершенствование мыслительных операций.	Психогимнастика. Работа в тетради. Динамическая пауза («Четыре стихии», «Нос, пол, потолок»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, психогимнастика, работа в тетради
11	Свойства внимания	1	Развитие свойств внимания (объёма, распределения, концентрации, устойчивости и переключения).	«Минутка». «Что изменилось?». Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
12	Мыслительные способности	1	Развитие мыслительных способностей.	Складывание серий картинок (из 3, из 4, из 5). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, игровая, работа в тетради
13	Развитие воображения	1	Работа над расширением словаря детей.	Кляксография. Динамическая пауза («Лево-право», «Будь внимателен»). Графический диктант. Штриховка.	Индивидуальная, творческая работа, динамическая пауза
Раздел 3. Развитие мышления и эмоций (занятия 14–16)					
14	Мыслительные способности	1	Развитие мыслительных способностей.	Рисование на песке. «На что похоже?». Дорисовать рисунки.	Индивидуальная, творческая работа, игровая
15	Понимание чувств и настроений	1	Понимание чувств и настроения.	Рисование настроения в цвете. Обсуждение.	Индивидуальная, творческая работа, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
16	Обобщающее занятие	1	Закрепление навыков саморегуляции и познавательных процессов.	Повторение изученных упражнений. Релаксация. Итоговая беседа.	Индивидуальная, беседа, релаксация
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ БЛОК (занятия 17–18)					
17	Итоговая диагностика	1	Оценка динамики развития познавательной и эмоционально-волевой сферы.	Повторная диагностика (по необходимости).	Индивидуальная, диагностическая
18	Итоговая консультация	1	Подведение итогов. Определение перспектив дальнейшей работы.	Беседа с классным руководителем о динамике развития ребёнка, рекомендации.	Консультация

Конспекты занятий

Занятие № 1. Комплексная диагностика

Цель: выявление уровня сформированности познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы.

Задачи:

- оценить уровень слухоречевой и зрительной памяти;
- оценить концентрацию, устойчивость и переключение внимания;
- оценить уровень развития мышления (обобщение, классификация);
- оценить уровень эмоционального состояния и саморегуляции.

Оборудование: диагностический чемоданчик Семаго, бланки методик («10 слов», корректурная проба, «Четвёртый лишний»), цветовой тест Люшера, лист для методики «Кактус», протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение целей диагностики. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Диагностический чемоданчик Семаго – выполнение заданий на оценку восприятия, мышления, внимания (в зависимости от возраста). 2. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 3. Корректурная проба – вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 4. «Четвёртый лишний» – ребёнок находит лишнюю картинку и объясняет выбор. 5. Проективная методика «Кактус» – ребёнок рисует кактус, затем обсуждаем рисунок. 6. Цветовой тест Люшера – ребёнок выбирает цвета по степени привлекательности.
Заключительная часть	Краткое обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Знакомство и буквы

Цель: работа над расширением словаря детей.

Задачи:

- знакомить с буквами;
- развивать фонематическое восприятие;
- расширять словарный запас.

Оборудование: карточки с буквами, картинки, тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Найди фигуру» – ребёнок находит заданную букву среди других. 2. «Допиши букву» – ребёнок дописывает недостающую часть буквы. 3. «Обведи предмет и раскрась» – ребёнок обводит предмет, называет его и раскрашивает.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая буква тебе понравилась больше всего?». Прощание.

Занятие № 3. Классификация объектов

Цель: развитие понятийного мышления. Классификация объектов по одному и нескольким признакам.

Задачи:

- учить группировать предметы по цвету и форме;
- развивать умение выделять общий признак;
- развивать внимание и быстроту реакции.

Оборудование: карточки для сортировки, набор предметов, карточки с направлениями для игры «Нос, пол, потолок».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Сортировка по цвету и форме – ребёнок раскладывает карточки по группам (сначала по цвету, затем по форме). 2. Усложнение – классификация по двум признакам одновременно (например, все красные круги). 3. Игра «Нос, пол, потолок» – ребёнок показывает направления, следуя словесным командам психолога.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 4. Концентрация внимания

Цель: развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации. Развитие навыков саморегуляции.

Задачи:

- развивать концентрацию и устойчивость внимания;
- развивать пространственное восприятие;
- формировать навыки саморегуляции.

Оборудование: коврик для психогимнастики, тетрадь, карандаши, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – дыхательные упражнения (вдох через нос – выдох через рот), глазодвигательные упражнения (слежение за предметом). 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Падающая Башня» (медленное расслабление тела). 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры в заданном направлении.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое задание было самым сложным?». Прощание.

Занятие № 5. Распознавание предметов

Цель: развитие основных видов чувствительности. Определение формы окружающих предметов.

Задачи:

- развивать тактильную чувствительность;
- учить распознавать предметы на ощупь;
- учить описывать предмет по признакам.

Оборудование: непрозрачный мешочек с мелкими предметами (ключ, карандаш, монета, колпачок, пуговица), карточки с предметами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Распознавание предметов с помощью осязания – ребёнок опускает руку в мешочек, выбирает предмет, ощупывает его и описывает (не глядя), затем достаёт и проверяет. 2. Сравнение объектов по различным признакам – ребёнок сравнивает два предмета, называя их признаки (цвет, форма, величина, назначение). 3. Самостоятельное выделение признаков – ребёнок описывает предмет по заданию психолога.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче – найти предмет или описать его?». Прощание.

Занятие № 6. Быстрота реакции

Цель: совершенствование мыслительных операций.

Задачи:

- развивать быстроту реакции;
- развивать внимание и мышление;
- закреплять навыки письма.

Оборудование: психогимнастические материалы, тетрадь, карандаши, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – повторение ранее изученных упражнений. 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Зеваки» (ловля предмета по сигналу), «Условные сигналы» (разные движения на разные сигналы). 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогло быть быстрым?». Прощание.

Занятие № 7. Определение предмета с помощью осязания

Цель: развитие тактильно-вибрационных ощущений.

Задачи:

- развивать слухо-вибрационное восприятие;
- развивать тактильную чувствительность;
- учить описывать предмет по ощущениям.

Оборудование: музыкальные инструменты (бубен, дудочка, гармошка, барабан), непрозрачный мешочек с предметами, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Определение направления источника звука по вибрации – психолог извлекает звуки из разных инструментов, ребёнок определяет, какой инструмент звучит. 2. Определение предмета с помощью осязания – ребёнок достаёт из мешочка предмет, изучает его на ощупь, затем загадывает загадку-описание (не называя предмет), психолог угадывает или наоборот. 3. Обсуждение – «Какие свойства предмета ты ощутил?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче – угадать звук или предмет?». Прощание.

Занятие № 8. Логическое мышление

Цель: обучение поиску закономерностей. Развитие аналитических способностей и способности рассуждать.

Задачи:

- учить находить закономерности в рядах;
- развивать аналитические способности;
- развивать способность рассуждать.

Оборудование: тетрадь, карандаши, карточки с заданиями, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – повторение ранее изученных упражнений. 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Четыре стихии» (движения по командам «земля», «вода», «воздух», «огонь»), «Слепой и поводырь», «Паровоз». 4. Поиск закономерностей – «Продолжи ряд» (цвет, форма,

Этап	Содержание
	размер). 5. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 6. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 9. Работа с пиктограммами

Цель: обучение пониманию эмоциональных состояний людей; обучение раскрытию образа с помощью цвета.

Задачи:

- учить распознавать эмоции по пиктограммам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- развивать творческие способности.

Оборудование: карточки с пиктограммами, материалы для аппликации, цветная бумага, клей, ножницы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Угадай эмоцию».
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – ребёнок рассматривает пиктограммы, называет эмоции (радость, грусть, гнев, страх, удивление). 2. Аппликация «Пиктограмма» – ребёнок создаёт пиктограмму из цветной бумаги (по выбору). 3. Динамическая пауза – этюды по согласованным действиям, «Что из чего?» (определение материала и свойств).
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое настроение тебе понравилось изображать?». Прощание.

Занятие № 10. Совершенствование мыслительных операций

Цель: развитие быстроты реакции. Совершенствование мыслительных операций.

Задачи:

- закреплять мыслительные операции;
- развивать быстроту реакции;
- развивать навыки письма.

Оборудование: тетрадь, карандаши, бланки для графического диктанта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Психогимнастика – повторение ранее изученных упражнений. 2. Работа в тетради – прописи букв, цифр, фигур. 3. Динамическая пауза – «Четыре стихии», «Нос, пол, потолок». 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое задание тебе понравилось больше?». Прощание.

Занятие № 11. Свойства внимания

Цель: развитие свойств внимания (объёма, распределения, концентрации, устойчивости и переключения).

Задачи:

- развивать объём внимания;
- развивать концентрацию и устойчивость;
- развивать переключение внимания.

Оборудование: набор предметов, бланки для игры «Что изменилось?», тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Минутка» – подготовка рабочего места за ограниченное время.
Основная часть	1. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, ребёнок запоминает, затем отвертывается, психолог меняет местами предметы, ребёнок находит изменения. 2. Усложнение – увеличение количества предметов. 3. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 4. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Сколько изменений ты запомнил?». Прощание.

Занятие № 12. Мыслительные способности

Цель: развитие мыслительных способностей.

Задачи:

- развивать умение устанавливать последовательность;
- развивать логическое мышление;
- развивать навыки письма.

Оборудование: серии картинок (из 3, 4, 5 частей), тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Складывание серий картинок – ребёнок раскладывает картинки в правильной последовательности (сначала из 3, затем из 4, затем из 5). 2. Составление рассказа по картинкам (жестами и словами). 3. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 4. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая последовательность была самой трудной?». Прощание.

Занятие № 13. Развитие воображения

Цель: работа над расширением словаря детей.

Задачи:

- развивать воображение через кляксографию;
- расширять словарный запас;
- развивать внимание и мелкую моторику.

Оборудование: бумага, чернила/гуашь, трубочки для выдувания, фартуки, акварельные краски, тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Кляксография – ребёнок ставит кляксу на листе, выдувает её через трубочку, создавая образ (дерево, цветок, фантастическое существо). 2. Дорисовывание – ребёнок дорисовывает кляксу до целостного образа акварельными красками.

Этап	Содержание
	3. Динамическая пауза – «Лево-право» (пальчиковые игры на различение сторон), «Будь внимателен» (игра на внимание с предметами). 4. Графический диктант – рисование по клеточкам под диктовку. 5. Штриховка – ребёнок штрихует фигуры.
Заключительная часть	Рефлексия: «На что похожа твоя клякса?». Прощание.

Занятие № 14. Мыслительные способности

Цель: развитие мыслительных способностей.

Задачи:

- развивать воображение;
- развивать ассоциативное мышление;
- развивать творческие способности.

Оборудование: песочный стол, карточки с изображениями (незаконченные рисунки, абстрактные формы), бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Рисование на песке – ребёнок рисует на песке под руководством психолога (элементы, затем осмысленную картинку), затем самостоятельно. 2. «На что похоже?» – ребёнок смотрит на абстрактное изображение и придумывает, на что оно похоже. 3. Дорисовать рисунки – ребёнок дорисовывает незаконченные изображения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе больше понравилось – рисовать на песке или дорисовывать?». Прощание.

Занятие № 15. Понимание чувств и настроений

Цель: понимание чувств и настроения.

Задачи:

- учить выражать настроение через цвет;
- развивать эмоциональный интеллект;
- развивать умение называть свои чувства.

Оборудование: бумага, краски, цветные карандаши, кисти.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Рисование настроения в цвете – ребёнок подбирает цвет к заданной эмоции (например, «веселье», «страх», «обида», «злость», «любовь»). 2. Обсуждение – «Почему ты выбрал этот цвет?», «Что ты чувствуешь сейчас?». 3. Игра «Угадай настроение» – ребёнок показывает настроение жестами и мимикой, психолог угадывает.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое настроение тебе больше нравится?». Прощание.

Занятие № 16. Обобщающее занятие

Цель: закрепление навыков саморегуляции и познавательных процессов.

Задачи:

- обобщить полученные знания и навыки;
- закрепить навыки саморегуляции;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: коврик для релаксации, музыка, тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Повторение изученных упражнений – психогимнастика (дыхательные и глазодвигательные упражнения). 2. Работа в тетради – графический диктант, штриховка. 3. Релаксационное упражнение – «На берегу моря» (визуализация с музыкой). 4. Итоговая беседа – «Что тебе запомнилось на занятиях?», «Какое задание было самым интересным?», «Какие эмоции ты теперь умеешь распознавать?».
Заключительная часть	Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 17. Итоговая диагностика

Цель: оценка динамики развития познавательной и эмоционально-волевой сферы.

Задачи:

- провести повторную диагностику по основным методикам;
- оценить динамику развития;
- подготовить рекомендации для классного руководителя.

Оборудование: бланки методик, цветовой тест Люшера, лист для методики «Кактус», протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика: «10 слов», корректурная проба, «Четвёртый лишний» – оценка динамики познавательных процессов. 2. Цветовой тест Люшера – оценка динамики эмоционального состояния. 3. Проективная методика «Кактус» – оценка динамики эмоционально-личностной сферы.
Заключительная часть	Краткое обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 18. Итоговая консультация

Цель: подведение итогов. Определение перспектив дальнейшей работы.

Задачи:

- обсудить динамику развития ребёнка;
- дать рекомендации классному руководителю;
- определить перспективы дальнейшей работы.

Оборудование: протоколы диагностики, записи наблюдений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие классного руководителя.
Основная часть	1. Обсуждение динамики развития ребёнка – сравнение результатов первичной и итоговой диагностики. 2. Рекомендации по дальнейшей работе с ребёнком в классе. 3. Определение перспектив дальнейшей работы (необходимость продолжения занятий или переход на самостоятельное развитие).

Этап	Содержание
Заключительная часть	Ответы на вопросы. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Управляю собой: путь к саморегуляции»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 5–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха**, имеющим трудности в развитии саморегуляции и самоконтроля. Подростковый возраст (11–17 лет) характеризуется ослаблением контрольных функций коры головного мозга, связанным с изменением баланса корково-подкорковых отношений в пользу преобладания возбуждающих влияний подкорки. Это проявляется в импульсивности, эмоциональной нестабильности, трудностях произвольной регуляции поведения. Сочетание этих возрастных особенностей с нарушением слуха создаёт дополнительные риски для развития социально приемлемых форм поведения.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого подростка, уровень его развития и актуальные трудности.

Актуальность программы

В подростковом возрасте происходит коренная перестройка структуры волевой активности (А.И. Высоцкий, 1979). Подростки значительно чаще регулируют своё поведение на основе внутренней стимуляции, однако механизмы волевой активности ещё недостаточно сформированы: действие часто происходит по наиболее сильному мотиву. Умение владеть собой высоко ценится подростком, а отсутствие необходимых волевых качеств вызывает у него беспокойство.

Эффективный способ социализации агрессивных проявлений — формирование самоконтроля и сдержанности. Самоконтроль начинается с релаксации, снятия мышечных зажимов, вызванных напряжением. Гнев, ярость, злость — те эмоциональные состояния, которые напрямую проявляются в мышцах тела. Сдержанность и релаксация дополняют друг друга, взаимоусиливая эффект противодействия агрессии.

Программа направлена на развитие навыков саморегуляции психофизиологического состояния, нормализацию эмоционального состояния, развитие самоконтроля через моторную координацию и осознание собственных телесных реакций.

Цель программы

Развитие саморегуляции и самоконтроля у подростков с нарушениями слуха через коррекцию психофизиологического состояния, моторную координацию и формирование навыков осознанной регуляции поведения.

Задачи программы

Задачи диагностического этапа:

1. Выявление актуального уровня развития познавательных процессов (память, внимание, мышление).
2. Оценка психофизиологического состояния подростка.
3. Определение уровня учебной мотивации.
4. Выявление зон ближайшего развития для индивидуальной коррекционной работы.

Задачи коррекционно-развивающего этапа:

1. Развитие саморегуляции психофизиологического состояния через методы биологической обратной связи (БОС-пульс, стабилотренажёр).
2. Коррекция третьего функционального блока по А.Р. Лурии (программирование, регуляция и контроль деятельности).
3. Развитие произвольного внимания и самоконтроля через психомоторные упражнения.
4. Нормализация эмоционального состояния, снижение импульсивности и агрессивности.
5. Повышение мотивации учебной деятельности.

Задачи консультативного этапа (работа с родителями):

1. Информирование родителей об актуальных трудностях ребёнка.

2. Выработка совместных стратегий поддержки развития саморегуляции.
3. Оценка динамики и определение перспектив дальнейшей работы.

Планируемые результаты

- Развитие навыков саморегуляции психофизиологического состояния.
- Повышение уровня произвольного внимания и самоконтроля.
- Снижение импульсивности и агрессивности.
- Нормализация эмоционального состояния.
- Повышение мотивации учебной деятельности.
- Улучшение способности осознавать и вербализовать собственные телесные и эмоциональные состояния.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** и включает **16 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок (комплексная диагностика).
- **Занятия 3–14** — коррекционно-развивающий блок (12 занятий): игровое биоуправление (6 занятий) и психомоторная коррекция (6 занятий).
- **Занятия 15–16** — итоговая диагностика и завершающий этап.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (нейропсихологические пробы, опросники);
- метод биологической обратной связи (БОС-пульс);
- стабилотренинг;
- психомоторные упражнения;
- дыхательные и релаксационные техники;
- элементы нейропсихологической коррекции;
- беседы с родителями.

Структура программы

Программа включает три раздела:

1. **Диагностический раздел** — комплексное обследование познавательных процессов и психофизиологического состояния.
2. **Коррекционно-развивающий раздел** — индивидуальные занятия по развитию саморегуляции и самоконтроля.
3. **Консультативный раздел** — работа с родителями (первичная консультация, обсуждение динамики, итоговая консультация).

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием аппаратно-программных комплексов (БОС-пульс, стабилотренажёр А-150), а также нейропсихологического инструментария.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с.
2. Ахутина, Т. В. Нейропсихология индивидуальных различий детей как основа использования методов нейропсихологической коррекции / Т. В. Ахутина, Н. М. Пылаева // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2001. — № 4. — С. 60–70.
3. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023. — 235 с.
4. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. — Москва : Смысл ; Эксмо, 2005. — 1136 с.
5. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическое обследование детей / Ж. М. Глозман. — Москва : Академия, 2009.
6. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
7. Ильин, Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. — Санкт-Петербург : Питер, 2000.
8. Камышова, В. И., Петров, И. К. Особенности волевых качеств подростков / В. И. Камышова, И. К. Петров // Психологические исследования. — 1986.
9. Локалова, Н. П. Как помочь слабоуспевающему школьнику / Н. П. Локалова. — Москва : Ось-89, 2003.
10. Лурия, А. Р. Высшие корковые функции человека / А. Р. Лурия. — Санкт-Петербург : Питер, 2008.
11. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — СПб. : Каро, 1999.
12. Пылаева, Н. М. Школа внимания. Рабочая тетрадь / Н. М. Пылаева, Т. В. Ахутина. — Москва : Генезис, 2006.
13. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
16. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
17. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
18. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — М. : Просвещение, 2023.
19. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Память (слухоречевая)	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания, утомляемости
Зрительная память	«Память на образы»	Адаптированный вариант	Исследование объёма зрительной памяти
Память (оперативная)	«Память на числа»	Адаптированный вариант	Оценка оперативной памяти на цифровой материал
Внимание	Корректурная проба	Тест Бурдона (адаптированный)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Произвольная регуляция	Графический диктант	Н.И. Гуткина	Оценка уровня развития произвольной регуляции и самоконтроля
Учебная мотивация	Опросник «Учебная мотивация»	Г.А. Карпова (адаптированный для детей с нарушением слуха)	Определение доминирующего типа мотивации учебной деятельности
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера	Классическая методика (адаптированная)	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности, комфорта/дискомфорта
Психофизиологическое состояние	БОС-пульс (мониторинг)	Аппаратно-программный комплекс	Оценка вариабельности сердечного ритма, уровня стресса и расслабления
Моторная координация	Стабило тренажёр А-150	Аппаратно-программный комплекс	Оценка функции равновесия и координации движений

Тематический план (16 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика моего «Я»	1	Выявление уровня развития познавательных процессов (память, внимание, мышление), определение уровня учебной мотивации, оценка психофизиологического состояния.	Методики: «10 слов», «Память на числа», «Память на образы», корректурная проба, графический диктант. Опросник «Учебная мотивация» (Г.А. Карпова).	Индивидуальная, диагностическая
2	Диагностика состояния	1	Оценка психофизиологического состояния, уровня тревожности, стрессоустойчивости, координации движений.	Цветовой тест Люшера. БОС-пульс (мониторинг вариабельности сердечного ритма). Стабилотренажёр А-150 (оценка функции равновесия).	Индивидуальная, аппаратная диагностика
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–14)					
Раздел 1. Игровое биоуправление (занятия 3–8)					
3	Учусь чувствовать пульс	1	Познакомить с методом БОС-пульс, научить осознавать собственный сердечный ритм.	БОС-пульс: знакомство с оборудованием, регистрация фонового пульса, дыхательные упражнения с визуальной обратной связью.	Индивидуальная, аппаратная
4	Дышим и успокаиваемся	1	Отрабатывать навыки саморегуляции через дыхательные техники с использованием БОС-пульс.	БОС-пульс: диафрагмальное дыхание, удлинение выдоха, достижение состояния релаксации по показателям пульса.	Индивидуальная, аппаратная

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
5	Ритм и равновесие	1	Развитие самоконтроля через моторную координацию, нормализация эмоционального состояния.	Стабилотренажёр А-150: упражнения на удержание равновесия, перераспределение центра тяжести, игры с биологической обратной связью.	Индивидуальная, аппаратная
6	Контроль движений	1	Развитие точных движений и самоконтроля через стабилотренинг.	Стабилотренажёр А-150: выполнение точных движений по заданию, игры на координацию, совмещение с интеллектуальными задачами.	Индивидуальная, аппаратная
7	Эмоции и тело	1	Развитие осознания связи эмоционального состояния и телесных ощущений.	БОС-пульс: регистрация пульса в спокойном состоянии и при эмоциональном напряжении, анализ различий. Дыхательные упражнения.	Индивидуальная, аппаратная
8	Дыхание и концентрация	1	Закрепление навыков саморегуляции через дыхание, развитие произвольного внимания.	БОС-пульс + стабилотренажёр: совмещение дыхательных упражнений с удержанием равновесия, выполнение заданий на концентрацию.	Индивидуальная, аппаратная
Раздел 2. Психомоторная коррекция (занятия 9–14)					
9	Растяжки и релакс	1	Коррекция третьего функционального блока по А.Р. Лурии. Развитие самоконтроля через телесные упражнения.	Нейропсихологические упражнения: растяжки, релаксационные техники, дыхательные упражнения. Осознание мышечных ощущений.	Индивидуальная, психомоторная
10	Глазодвигательные упражнения	1	Развитие произвольного внимания, саморегуляции,	Глазодвигательные упражнения: слежение за предметом,	Индивидуальная, психомоторная

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			снятие мышечного напряжения.	переключение взгляда, упражнения с окуломоторными пробами.	
11	Двигательные навыки	1	Развитие мелкой моторики, координации движений, самоконтроля.	Упражнения на мелкую моторику (пальчиковые игры, работа с мелкими предметами), задания на координацию «рука-глаз».	Индивидуальная, психомоторная
12	Внимание и саморегуляция	1	Развитие концентрации внимания, снижение импульсивности.	Корректурные упражнения, задания на произвольное внимание, дыхательные техники для успокоения.	Индивидуальная, психомоторная
13	Снятие напряжения	1	Обучение приёмам саморасслабления, снятия мышечных зажимов.	Релаксационные упражнения, телесно-ориентированные техники, элементы психогимнастики.	Индивидуальная, психомоторная
14	Итоговая психомоторная коррекция	1	Закрепление навыков саморегуляции через комплексное занятие.	Совмещение дыхательных, двигательных и когнитивных упражнений в едином тренинге.	Индивидуальная, психомоторная
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ БЛОК (занятия 15–16)					
15	Итоговая диагностика	1	Оценка динамики развития познавательных процессов, саморегуляции, эмоционального состояния.	Повторная диагностика: «10 слов», корректурная проба, цветовой тест Люшера, БОС-пульс, стабилотренажёр.	Индивидуальная, диагностическая, аппаратная
16	Итоговое занятие	1	Подведение итогов, обсуждение результатов, рефлексия, планирование дальнейшей работы.	Обсуждение достигнутых результатов. Беседа о полученных навыках. Прощание.	Индивидуальная, беседа, рефлексия

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика моего «Я»

Цель: выявление уровня развития познавательных процессов (память, внимание, мышление), определение уровня учебной мотивации.

Задачи:

- оценить объём и скорость слухоречевого запоминания;
- оценить объём зрительной и оперативной памяти;
- оценить концентрацию, устойчивость и переключение внимания;
- определить уровень учебной мотивации;
- установить доверительный контакт с подростком.

Оборудование: бланки методик («10 слов», «Память на числа», «Память на образы», корректурная проба, графический диктант), опросник «Учебная мотивация» (Г.А. Карпова), протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с подростком, объяснение целей диагностики. Используется жестовая речь, адаптированная для подростка.
Основная часть	1. Методика «10 слов» – зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. Методика «Память на числа» – запоминание ряда цифр, воспроизведение в прямом и обратном порядке. 3. Методика «Память на образы» – предъявление 10 картинок на 30 секунд, воспроизведение по памяти. 4. Корректурная проба – вычёркивание заданной фигуры (буквы) за 3 минуты. 5. Графический диктант – оценка произвольной регуляции. 6. Опросник «Учебная мотивация» – заполнение анкеты.
Заключительная часть	Краткое обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика состояния

Цель: оценка психофизиологического состояния, уровня тревожности, стрессоустойчивости, координации движений.

Задачи:

- оценить эмоциональное состояние с помощью цветового теста Люшера;
- провести мониторинг вариабельности сердечного ритма (БОС-пульс);
- оценить функцию равновесия и координации движений (стабилотренажёр);
- проанализировать общее состояние подростка.

Оборудование: цветовой тест Люшера, БОС-пульс, стабилотренажёр А-150, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Цветовой тест Люшера – выбор цветов по степени привлекательности, анализ эмоционального состояния. 2. БОС-пульс – регистрация фонового пульса, оценка вариабельности сердечного ритма, уровня стресса. 3. Стабилотренажёр А-150 – оценка функции равновесия, координации движений в статике и динамике. 4. Обсуждение самочувствия – подросток описывает свои ощущения.
Заключительная часть	Обсуждение перспектив работы, настрой на коррекционные занятия. Прощание.

Занятие № 3. Учусь чувствовать пульс

Цель: познакомить с методом БОС-пульс, научить осознавать собственный сердечный ритм.

Задачи:

- познакомить с оборудованием БОС-пульс;
- научить регистрировать пульс в спокойном состоянии и после нагрузки;
- развивать осознанность телесных ощущений.

Оборудование: БОС-пульс (аппаратно-программный комплекс), бланки для фиксации результатов, секундомер.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, объяснение целей занятия.
Основная часть	1. Знакомство с оборудованием БОС-пульс – объяснение принципа работы, демонстрация. 2. Регистрация фонового пульса – измерение пульса в спокойном состоянии (3 минуты). 3. Регистрация пульса после нагрузки – 10 приседаний, измерение пульса (2 минуты). 4. Сравнение показателей – обсуждение различий, осознание связи телесных ощущений и показателей пульса. 5. Дыхательное упражнение с визуальной обратной

Этап	Содержание
	связью – подросток дышит в такт с визуальным сигналом, наблюдает за изменением пульса.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты почувствовал? Какое состояние было спокойным?». Прощание.

Занятие № 4. Дышим и успокаиваемся

Цель: отрабатывать навыки саморегуляции через дыхательные техники с использованием БОС-пульс.

Задачи:

- освоить диафрагмальное дыхание;
- научиться удлинять выдох для снижения частоты пульса;
- достигать состояния релаксации по показателям пульса.

Оборудование: БОС-пульс, коврик для релаксации, визуальный стимулятор.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на занятие.
Основная часть	1. Повторение – регистрация фонового пульса. 2. Диафрагмальное дыхание – обучение технике (вдох носом, выдох ртом) с визуальной обратной связью. 3. Удлинение выдоха – упражнение «вдох на 4, выдох на 6» под визуальный сигнал. 4. Достижение состояния релаксации – подросток дышит в спокойном темпе, наблюдает за снижением пульса на экране. 5. Закрепление – самостоятельное выполнение упражнения без визуальной поддержки.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе успокаиваться?». Прощание.

Занятие № 5. Ритм и равновесие

Цель: развитие самоконтроля через моторную координацию, нормализация эмоционального состояния.

Задачи:

- развивать функцию равновесия через стабилотренажёр;
- учить распределять центр тяжести по заданию;

- развивать самоконтроль через игровые задания.

Оборудование: стабилотренажёр А-150, компьютер с программами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, объяснение работы на стабилотренажёре.
Основная часть	1. Знакомство со стабилотренажёром – подросток становится на платформу, учится удерживать равновесие. 2. Упражнение «Удержание точки» – подросток удерживает курсор в центре мишени (статическое равновесие). 3. Упражнение «Движение по маршруту» – перемещение курсора по заданной траектории (динамическое равновесие). 4. Игровое задание – удержание равновесия во время игры (например, «поймай предмет»). 5. Совмещение с дыхательным упражнением – удержание равновесия с контролем дыхания.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было сложнее – удержать равновесие или дышать спокойно?». Прощание.

Занятие № 6. Контроль движений

Цель: развитие точных движений и самоконтроля через стабилотренинг.

Задачи:

- развивать точность движений;
- учить выполнять движения по инструкции с контролем;
- совмещать моторную координацию с интеллектуальными заданиями.

Оборудование: стабилотренажёр А-150, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на занятие.
Основная часть	1. Упражнение «Целевая точность» – подросток выполняет точные движения (наклон платформы в заданные сектора). 2. Игра «Достигни цели» – перемещение курсора к заданным объектам с удержанием равновесия. 3. Упражнение с интеллектуальной нагрузкой – удержание равновесия + решение простого примера

Этап	Содержание
	(например, сложить числа). 4. Игровое задание – соревнование с самим собой (улучшение времени выполнения). 5. Совмещение с дыхательными упражнениями.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое задание было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 7. Эмоции и тело

Цель: развитие осознания связи эмоционального состояния и телесных ощущений.

Задачи:

- научить осознавать изменения пульса при разных эмоциях;
- развивать самонаблюдение;
- формировать навык управления дыханием для коррекции эмоций.

Оборудование: БОС-пульс, карточки с эмоциями, бланки для самоотчёта.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Угадай эмоцию» по карточкам.
Основная часть	1. Регистрация пульса в спокойном состоянии (1–2 минуты). 2. Предъявление эмоционально окрашенных стимулов – подросток вспоминает ситуации радости, гнева, страха, наблюдает за изменением пульса. 3. Анализ показателей – «Когда пульс выше? Когда ниже?». 4. Упражнение «Успокой себя» – подросток применяет дыхательную технику для снижения пульса. 5. Самостоятельное выполнение – подросток сам вызывает и регулирует эмоциональное состояние с контролем пульса.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о связи эмоций и тела?». Прощание.

Занятие № 8. Дыхание и концентрация

Цель: закрепление навыков саморегуляции через дыхание, развитие произвольного внимания.

Задачи:

- совмещать дыхательные упражнения с удержанием равновесия;
- развивать концентрацию внимания;
- закреплять навыки саморегуляции.

Оборудование: БОС-пульс, стабилотренажёр А-150.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на комплексную работу.
Основная часть	1. Регистрация фонового пульса и равновесия. 2. Упражнение «Дыхание + равновесие» – подросток удерживает равновесие на стабилотренажёре и одновременно выполняет диафрагмальное дыхание с визуальной обратной связью. 3. Упражнение «Дыхание + концентрация» – подросток выполняет дыхательное упражнение и одновременно отсчитывает числа (например, от 100 назад). 4. Игровое задание – удержание равновесия + дыхание + решение простой задачи. 5. Закрепление навыка – выполнение всех заданий без визуальной обратной связи.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче совмещать?». Прощание.

Занятие № 9. Растяжки и релакс

Цель: коррекция третьего функционального блока по А.Р. Лурии. Развитие самоконтроля через телесные упражнения.

Задачи:

- развивать осознание мышечных ощущений;
- осваивать приёмы релаксации;
- снимать мышечное напряжение.

Оборудование: коврик, мячи для растяжки, карточки с упражнениями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на телесную работу.
Основная часть	1. Упражнение на растяжку – «Потянись, как кошка» (напряжение-расслабление всего тела). 2. Упражнение на осознание мышц – «Какая часть тела напряжена?», «Что чувствуют руки/ноги?».

Этап	Содержание
	3. Релаксационное упражнение – «Шалтай-Болтай» (расслабление плеч и рук). 4. Дыхательное упражнение с мышечным напряжением – вдох – напряжение, выдох – расслабление. 5. Самостоятельное выполнение – подросток выбирает упражнение и выполняет его.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая часть тела была самой напряжённой?». Прощание.

Занятие № 10. Глазодвигательные упражнения

Цель: развитие произвольного внимания, саморегуляции, снятие мышечного напряжения.

Задачи:

- выполнять глазодвигательные упражнения по инструкции;
- развивать переключение и концентрацию внимания;
- формировать самоконтроль через упражнения.

Оборудование: фонарик, карточки с заданиями, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Слежение за предметом» – подросток следит глазами за движущимся предметом (фонарик). 2. Упражнение «Переключение взгляда» – перемещение взгляда с одной точки на другую по команде психолога. 3. Окуломоторные пробы – «Перекрёстные движения» (взгляд + движение руки). 4. Упражнение «Рисуем глазами» – подросток рисует глазами геометрические фигуры. 5. Совмещение с дыхательным упражнением.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что почувствовали глаза после упражнений?». Прощание.

Занятие № 11. Двигательные навыки

Цель: развитие мелкой моторики, координации движений, самоконтроля.

Задачи:

- развивать мелкую моторику через пальчиковые игры;

- развивать координацию «рука-глаз»;
- формировать самоконтроль через точные движения.

Оборудование: мелкие предметы (бусины, спички, мелкие игрушки), пластилин, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, разминка для пальцев.
Основная часть	1. Пальчиковые игры – «Замок», «Семья», «Кулак-ребро-ладонь». 2. Работа с мелкими предметами – нанизывание бусин, выкладывание узора из спичек. 3. Упражнение на координацию «рука-глаз» – ловля и бросание мяча в цель. 4. Лепка из пластилина – создание простых фигур с точным воспроизведением образца. 5. Игровое задание – кто быстрее выполнит точное действие.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое движение было самым точным?». Прощание.

Занятие № 12. Внимание и саморегуляция

Цель: развитие концентрации внимания, снижение импульсивности.

Задачи:

- выполнять корректурные упражнения с самоконтролем;
- развивать устойчивость внимания;
- учиться сдерживать импульсивные действия.

Оборудование: корректурные бланки, секундомер, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, игра «Стоп-сигнал» – подавление импульсивных действий.
Основная часть	1. Корректурное упражнение – вычёркивание определённой фигуры (буквы) с фиксацией времени и ошибок. 2. Упражнение «Запретное движение» – нельзя делать одно движение, кто ошибся – выбывает. 3. Упражнение «Сделай, как я скажу» – выполнение команд с точностью. 4. Дыхательное упражнение для успокоения после

Этап	Содержание
	активных заданий. 5. Самостоятельное выполнение корректурного упражнения – с оценкой своих ошибок.
Заключительная часть	Рефлексия: «Когда тебе было трудно удержать внимание?». Прощание.

Занятие № 13. Снятие напряжения

Цель: обучение приёмам саморасслабления, снятия мышечных зажимов.

Задачи:

- осваивать телесно-ориентированные техники;
- учиться снимать мышечные зажимы;
- закреплять навыки дыхательной релаксации.

Оборудование: коврик, мяч, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на расслабление.
Основная часть	1. Упражнение «Напряжение-расслабление» – поочерёдное напряжение и расслабление разных групп мышц. 2. Упражнение «Сжимание мяча» – сжатие мяча с выдохом, расслабление на вдохе. 3. Релаксационное упражнение «На берегу моря» – визуализация с музыкой. 4. Дыхательное упражнение – диафрагмальное дыхание с подсчётом вдохов/выдохов. 5. Самостоятельное выполнение – подросток выбирает приём для снятия напряжения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогло расслабиться?». Прощание.

Занятие № 14. Итоговая психомоторная коррекция

Цель: закрепление навыков саморегуляции через комплексное занятие.

Задачи:

- совмещать дыхательные, двигательные и когнитивные упражнения;
- закрепить навыки саморегуляции;

- оценить достигнутый уровень самоконтроля.

Оборудование: БОС-пульс, стабилотренажёр, коврик, корректурные бланки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на комплексную работу.
Основная часть	1. Дыхательное упражнение + БОС-пульс – регистрация пульса в спокойном состоянии. 2. Упражнение «Дыхание + равновесие» – удержание равновесия на стабилотренажёре с дыханием. 3. Двигательное упражнение – пальчиковая гимнастика. 4. Когнитивное упражнение – корректурная проба с самоконтролем. 5. Релаксационное упражнение – закрепление навыка расслабления.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что изменилось в твоём самочувствии?». Прощание.

Занятие № 15. Итоговая диагностика

Цель: оценка динамики развития познавательных процессов, саморегуляции, эмоционального состояния.

Задачи:

- провести повторную диагностику по методикам;
- сравнить результаты с начальной диагностикой;
- оценить динамику развития.

Оборудование: бланки методик, БОС-пульс, стабилотренажёр.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на диагностику.
Основная часть	1. Повторная диагностика: «10 слов», «Память на числа», «Память на образы» – оценка динамики памяти. 2. Корректурная проба – оценка динамики внимания. 3. Цветовой тест Люшера – оценка динамики эмоционального состояния. 4. БОС-пульс – регистрация пульса в покое, оценка уровня стресса. 5. Стабилотренажёр – оценка динамики координации и равновесия.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Краткое обсуждение результатов. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 16. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов, обсуждение результатов, рефлексия, планирование дальнейшей работы.

Задачи:

- обсудить достигнутые результаты;
- выявить полученные навыки;
- наметить перспективы дальнейшего развития.

Оборудование: бланки для рефлексии, карточки с вопросами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговую беседу.
Основная часть	1. Обсуждение результатов диагностики – психолог сравнивает результаты начала и конца работы. 2. Беседа о полученных навыках – «Что ты научился делать лучше?», «Какие приёмы саморегуляции будешь использовать дальше?». 3. Рефлексия – «Что изменилось в твоём самочувствии?», «Какие занятия запомнились?». 4. Планирование дальнейшей работы – «На что ещё нужно обратить внимание?», «Какие навыки хочешь развить?». 5. Прощание и пожелания.
Заключительная часть	Благодарность за работу. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий

педагога-психолога

«От злости к спокойствию: коррекция агрессивного поведения»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с агрессивными проявлениями в поведении в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с агрессивными проявлениями в поведении.

Проблема агрессивного поведения в младшем школьном возрасте становится всё более актуальной. Исследования показывают, что агрессивные проявления «молодеют»: ранее агрессивное поведение начинало проявляться у подростков, сейчас же такое поведение проявляется у детей начальной школы и даже в дошкольном возрасте. У детей с нарушениями слуха агрессивное поведение часто является защитной реакцией на трудности коммуникации, непонимание окружающих, фрустрацию потребностей.

Коррекционная работа должна направляться не только на устранение внешних проявлений агрессии, но и на внутренние причины, по которым ребёнок проявляет себя именно так.

Актуальность программы

Агрессивное поведение младших школьников с нарушениями слуха — одна из основных психолого-педагогических проблем, проявления которой встречаются всё чаще. Каждый год повышается количество детей с агрессивными проявлениями, работать с ними сложно, а окружающие с трудом справляются с их поведением.

Сочетание нарушения слуха с агрессивными проявлениями создаёт дополнительные риски для социальной адаптации ребёнка. Дети с нарушениями слуха часто не могут адекватно выразить свои чувства и потребности, что приводит к вспышкам гнева, агрессии, конфликтам с окружающими.

Программа направлена на создание условий для устранения причин проявления агрессии в поведении ребёнка, обучение конструктивным способам выражения эмоций и формирование навыков самоконтроля.

Цель программы

Создание условий для устранения причин проявления агрессии в поведении ребёнка; формирование навыков самоконтроля и конструктивного выражения эмоций.

Задачи программы

1. Научить ребёнка разным способам безопасного проявления агрессии.
2. Научить ребёнка основным приёмам самоконтроля.
3. Способствовать формированию положительных качеств ребёнка.
4. Снизить уровень агрессивности через осознание и отреагирование негативных эмоций.
5. Формировать навыки самоанализа и рефлексии собственного поведения.

Планируемые результаты

- Ребёнок научится контролировать своё поведение.
- Ребёнок научится выражать свою внутреннюю агрессию безопасными способами.
- Снижение уровня агрессивности и импульсивности.
- Формирование навыков самоанализа.
- Развитие умения распознавать и называть свои эмоции.
- Улучшение взаимоотношений с окружающими.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **10 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–9** — коррекционно-развивающий блок (7 занятий).
- **Занятие 10** — итоговое занятие.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (проективные методики, цветовой тест);
- арт-терапия (рисование, лепка из солёного теста);
- игровая терапия;
- сказкотерапия;
- телесно-ориентированные упражнения;
- беседы;

- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Бютнер, Х. Жить с агрессивными детьми / Х. Бютнер. — Москва, 1991.
2. Воспитание трудного ребенка / Под ред. М. И. Рожнева. — Москва, 2000.
3. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
4. Лэндрэт, Г. Л. Игровая терапия: Искусство отношений / Г. Л. Лэндрэт. — Москва, 1994.
5. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
6. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
7. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
8. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
9. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
10. Соколова, Е. Т. Проективные методы исследования личности / Е. Т. Соколова. — Москва, 1980.
11. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
12. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
13. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
14. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Агрессивность	Проективная методика «Крокодилы»	Адаптированная методика (на основе проективных рисуночных тестов)	Экспресс-диагностика агрессивности, выявление агрессивных тенденций, враждебности, злопамятности
Эмоциональное	Цветовой	Классическая	Оценка

Сфера	Методика	Источник	Цель
состояние	тест Люшера	методика	психофизиологического состояния, стрессоустойчивости, активности, коммуникативных навыков
Агрессивность	Рисунок «Мой гнев»	Адаптированная проективная методика	Выявление отношения к собственному гневу, способов его выражения
Агрессивность	Наблюдение (в начале и в конце программы)	Адаптированная схема наблюдения	Отслеживание динамики агрессивных проявлений в поведении

Тематический план (10 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Знакомство и диагностика	1	Установление контакта с ребёнком. Первичная диагностика агрессивности, эмоционального состояния.	Проективная методика «Крокодилы». Цветовой тест Люшера. Беседа «Что такое агрессия?».	Индивидуальная, диагностическая, беседа, рисование
2	Диагностика и настрой	1	Завершение диагностического этапа. Выявление отношения к собственному гневу. Настрой на коррекционную работу.	Рисунок «Мой гнев». Наблюдение за поведением. Обсуждение целей занятий.	Индивидуальная, диагностическая, рисование, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–9)					
3	Знакомство с собой	1	Создание доверительной атмосферы. Формирование положительного отношения к занятиям.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов» (начало). Упражнение «Одно предложение». «Молот эмоций».	Индивидуальная, игровая, арт-терапия
4	Тишина и гром	1	Отреагирование различных состояний. Развитие осознания своих эмоциональных состояний.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов». Упражнение «Громко и тихо» (рисование под музыку).	Индивидуальная, арт-терапия, беседа
5	Добрая и злая история	1	Содействие формированию адаптивного поведения. Осознание понятий «добро» и «зло».	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов». Упражнение «Другая история» (переписывание сказки).	Индивидуальная, сказкотерапия, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
6	Скульптура гнева	1	Гармонизация эмоционального состояния. Осознание внешнего образа агрессивности человека.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов». Упражнение «Агрессивная скульптура» (лепка из солёного теста).	Индивидуальная, арт-терапия, лепка, беседа
7	Рисунок моего гнева	1	Отреагирование негативных чувств. Развитие самовыражения через рисунок.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов». Упражнение «Я рисую свой гнев» (обсуждение и трансформация рисунка).	Индивидуальная, арт-терапия, рисование, беседа
8	Человек из проволоки	1	Содействие формированию навыка самоуправления. Развитие контроля над поведением.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов». Упражнение «Проволочный человек» (изготовление фигурки и управление ею).	Индивидуальная, игровая, телесно-ориентированная, беседа
9	Добрые и злые истории	1	Содействие переориентации поведения. Развитие навыка выбора конструктивных моделей поведения.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов». Упражнение «Недобрые зачины» (придумывание двух вариантов окончания сказки).	Индивидуальная, сказкотерапия, беседа
ИТОГОВЫЙ БЛОК (занятие 10)					
10	Мои успехи	1	Подведение итогов. Обучение способам самоанализа. Оценка динамики изменений.	Ритуал приветствия. «Словарик добрых слов» (итог). Упражнение «Самоанализ» (положительные и отрицательные качества). Повторная диагностика («Крокодилы», цветовой тест). Вручение диплома.	Индивидуальная, беседа, рефлексия, диагностика

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Знакомство и диагностика

Цель: установление контакта с ребёнком. Первичная диагностика агрессивности, эмоционального состояния.

Задачи:

- познакомиться с ребёнком, создать доверительную атмосферу;
- провести проективную методику «Крокодилы»;
- провести цветовой тест Люшера;
- провести беседу «Что такое агрессия?»;
- объяснить цели и задачи занятий.

Оборудование: лист бумаги А4, простой и цветные карандаши, фломастеры, цветовой тест Люшера (8 цветов), бланки протоколов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет, что они будут заниматься вместе, играть, рисовать. Создание безопасной, доверительной атмосферы. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Проективная методика «Крокодилы» – «Нарисуй крокодила, какой ты его себе представляешь». После завершения – обсуждение рисунка (образ жизни, география, особенности, настроение крокодила). 2. Цветовой тест Люшера – ребёнок выбирает самый приятный цвет из восьми, затем повторно. Фиксация выбора. 3. Беседа «Что такое агрессия?» – обсуждение, что такое агрессия, злость, гнев, в каких ситуациях они проявляются, как их можно выражать безопасно.
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика и настрой

Цель: завершение диагностического этапа. Выявление отношения к собственному гневу. Настрой на коррекционную работу.

Задачи:

- провести рисуночный тест «Мой гнев»;
- проанализировать отношение ребёнка к собственному гневу;
- провести наблюдение за поведением;
- настроить ребёнка на дальнейшую работу.

Оборудование: лист бумаги А4, простой и цветные карандаши, бланк наблюдения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Рисунок «Мой гнев» – «Нарисуй, как ты видишь свой гнев». После завершения – обсуждение: «Что это?», «Какие чувства ты испытывал при рисовании?», «Что ты хочешь сделать с этим рисунком?». 2. Наблюдение за поведением – фиксация особенностей поведения ребёнка (импульсивность, агрессивные реакции, саморегуляция). 3. Обсуждение целей занятий – «Мы будем учиться справляться со злостью, находить другие способы выражать эмоции».
Заключительная часть	Настрой на работу. Прощание.

Занятие № 3. Знакомство с собой

Цель: создание доверительной атмосферы. Формирование положительного отношения к занятиям.

Задачи:

- познакомить с ритуалом приветствия;
- начать «Словарик добрых слов»;
- выявить отношение ребёнка к себе через упражнение «Одно предложение»;
- познакомить с «Молотом эмоций».

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», надувной молот (или подушка, боксёрская груша), лист бумаги, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (цветок). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – знакомство со словариком, объяснение его целей, запись первых 10 слов. Составление словосочетаний с 5 словами. 2. Упражнение «Одно предложение» – ребёнок дописывает предложение «Я...». Обсуждение: «Почему ты написал именно это?», «Что тебе нравится в себе?». 3. «Молот эмоций» – знакомство с правилами использования: «Когда злишься, можно прийти в кабинет и поколотить молотом, это останется между нами».
Заключительная	Ритуал завершения – «Что запомнилось? Что было

Этап	Содержание
часть	важным?». Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 4. Тишина и гром

Цель: отреагирование различных состояний. Развитие осознания своих эмоциональных состояний.

Задачи:

- развивать осознание состояний «тишина» и «гром»;
- учить выражать свои ощущения через рисунок;
- развивать умение анализировать свои состояния.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», спокойная и тревожная музыка (отрывки), листы бумаги, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (школьный предмет). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – повтор слов, запись 10 новых слов, составление словосочетаний. 2. Упражнение «Громко и тихо» – прослушивание спокойной музыки (рисование ассоциаций со спокойствием/тишиной). Затем прослушивание тревожной музыки (рисование ассоциаций с громким/беспокойным). 3. Обсуждение – «Где, когда и рядом с кем ты бываешь тихим? А громким?», «Какая музыка успокаивает?», «Какая вызывает беспокойство?».
Заключительная часть	Ритуал завершения. Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 5. Добрая и злая история

Цель: содействие формированию адаптивного поведения. Осознание понятий «добро» и «зло».

Задачи:

- развивать понимание категорий «добро» и «зло»;
- учить видеть альтернативные варианты поведения;
- формировать навык выбора конструктивных моделей.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», сказки для переписывания, лист бумаги, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (время года). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – повтор слов, запись 10 новых слов, составление словосочетаний. 2. Упражнение «Другая история» – ребёнок выбирает сказку, переписывает её: добрые герои становятся злыми, злые – добрыми. 3. Обсуждение – «Возможно ли, что мир будет только злым? А только добрым?», «Что можно сделать, чтобы твоя жизнь стала добрее?», «Может ли добрый человек стать злым?».
Заключительная часть	Ритуал завершения. Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 6. Скульптура гнева

Цель: гармонизация эмоционального состояния. Осознание внешнего образа агрессивности человека.

Задачи:

- дать возможность ребёнку выразить агрессию через лепку;
- развивать осознание своего гнева через создание образа;
- учить трансформировать негативные эмоции.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», мука, соль, вода, гуашь, ёмкости для замешивания теста, доски для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (зверя). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – повтор слов, запись 10 новых слов, составление словосочетаний. 2. Упражнение «Агрессивная скульптура» – ребёнок замешивает солёное тесто, затем лепит агрессивную скульптуру. 3. Обсуждение – «Что это?», «Что ты чувствовал при создании?», «Как бы назвал?», «Что тебе не нравится в скульптуре?». 4. Трансформация – «Хочешь больше не думать об этом? Сомни её и вылепи то, что принесёт хорошее настроение».
Заключительная часть	Ритуал завершения. Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 7. Рисунок моего гнева

Цель: отреагирование негативных чувств. Развитие самовыражения через рисунок.

Задачи:

- дать возможность выразить гнев через рисунок;
- развивать осознание своего гнева;
- учить трансформировать негативные эмоции.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», листы бумаги, простой и цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (эмоцию). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – повтор слов, запись 10 новых слов, составление словосочетаний. 2. Упражнение «Я рисую свой гнев» – ребёнок рисует свой гнев. 3. Обсуждение – «Что ты изобразил?», «Какие чувства испытывал при рисовании?», «Изменилось ли состояние?». 4. Трансформация – «Есть ли желание сделать что-то с рисунком?» (можно порвать, сжечь, перерисовать в доброе).
Заключительная часть	Ритуал завершения. Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 8. Человек из проволоки

Цель: содействие формированию навыка самоуправления. Развитие контроля над поведением.

Задачи:

- развивать осознание возможности управления своим поведением;
- учить чувствовать, как управляют другими;
- формировать навык самоуправления.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», мягкая проволока (синельная), кусачки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (дерево). Я так считаю, потому что...».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – повтор слов, запись 10 новых слов, составление словосочетаний. 2. Упражнение «Проволочный человек» – ребёнок создаёт из проволоки фигурку человека. 3. Обсуждение – «Кто этот человек?», «Какой он?». 4. Управление – психолог берёт фигурку и управляет её движениями, ребёнок повторяет движения, как зеркальное отражение. 5. Обсуждение – «Что ты чувствовал, когда тобой управляли?», «Что хотел сделать?», «Что нужно человеку, чтобы управлять собой?».
Заключительная часть	Ритуал завершения. Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 9. Добрые и злые истории

Цель: содействие переориентации поведения. Развитие навыка выбора конструктивных моделей поведения.

Задачи:

- развивать навык выбора конструктивных моделей поведения;
- учить видеть альтернативные варианты развития событий;
- формировать умение прогнозировать последствия.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», карточки с «недобрыми» зачинами (началами историй), лист бумаги, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (животное). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» – повтор слов, запись 10 новых слов, составление словосочетаний. 2. Упражнение «Недобрые зачины» – ребёнку предлагается недоброе начало истории, он придумывает два варианта окончания: доброе и злое. 3. Обсуждение – «Менялся ли смысл зачина от того, какое окончание?», «Какой вариант придумать было сложнее?», «Может ли быть средний вариант?», «Что нужно делать, чтобы твоя история жизни была доброй?».
Заключительная часть	Ритуал завершения. Напомнить про «Молот эмоций». Прощание.

Занятие № 10. Мои успехи

Цель: подведение итогов. Обучение способам самоанализа. Оценка динамики изменений.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обучить приёмам самоанализа;
- подвести итоги работы;
- вручить диплом об окончании занятий.

Оборудование: тетрадь для «Словарика добрых слов», листы бумаги, простой и цветные карандаши, цветовой тест Люшера, диплом.

Этап	Содержание
Организационный момент	Ритуал приветствия: «Сегодня я похож на ... (школьный предмет). Я так считаю, потому что...».
Основная часть	1. «Словарик добрых слов» (итог) – повтор всех слов, обсуждение, какими словами ребенок пользуется теперь в жизни. 2. Упражнение «Самоанализ» – ребёнок делит лист на две половины: положительные качества и отрицательные. Записывает свои качества, обсуждает с психологом. 3. Повторная диагностика – «Крокодилы» (сравнение с первым рисунком), цветовой тест Люшера. 4. Обсуждение результатов – «Что изменилось?», «Чему ты научился?», «Что тебе помогает справляться со злостью?». 5. Вручение диплома об окончании занятий.
Заключительная часть	Подведение итогов всей программы. Напоминание, что «Молот эмоций» всегда доступен. Благодарность за работу. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«От агрессии к гармонии: коррекция поведения»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 5–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с агрессивными проявлениями в поведении в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с агрессивными проявлениями в поведении.

Подростковый возраст характеризуется повышенной конфликтностью, поиском своего места в социуме, формированием идентичности. В сочетании с нарушением слуха эти процессы приобретают особую остроту: подростки с нарушениями слуха часто испытывают трудности в установлении контактов, недопонимание со стороны окружающих, что провоцирует агрессивные реакции как защитный механизм.

Агрессивное поведение подростков с нарушениями слуха может проявляться в различных формах: вербальной агрессии, физической агрессии, негативизме, раздражительности, подозрительности. Программа направлена на обучение подростков навыкам контроля и управления собственным гневом, развитие способности к эмпатии и конструктивному взаимодействию с окружающими.

Актуальность программы

Проблема воспитания детей с агрессивным поведением является одной из центральных психолого-педагогических проблем. Все чаще приходится сталкиваться с явлениями игнорирования общественных норм и проявлениями детской и подростковой агрессии. Агрессивность — это свойство личности, заключающееся в наличии деструктивных тенденций с целью нанесения вреда тому или иному лицу.

Важно понимать, что агрессия — это не только деструктивное поведение, но и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей, если уметь ей управлять. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов подростка часто может привести к аутоагрессии или психосоматическим расстройствам.

Программа направлена на обучение подростков не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда.

Цель программы

Психологическая коррекция агрессивных тенденций в поведении подростков с нарушениями слуха путём обучения навыкам адаптивного поведения и саморегуляции.

Задачи программы

1. Обучать подростков навыкам контроля и управления собственным гневом (навыкам саморегуляции).
2. Обеспечить возможности отреагирования гнева в приемлемых формах.
3. Обучать навыкам распознавания эмоций и чувств, контроля за своим эмоциональным состоянием, в том числе гневом.
4. Оптимизировать общение подростка со сверстниками: вырабатывать механизмы эмпатии, сочувствия и доверия друг к другу и окружающим людям, развивать умение взаимодействовать, считаться с другими, совместно решать поставленные задачи.
5. Создавать положительный эмоциональный фон в различных видах деятельности, снимать эмоциональное напряжение во взаимодействии.
6. Формировать позитивную самооценку.

Планируемые результаты

- Снижение уровня агрессивности и импульсивности.
- Формирование навыков саморегуляции и самоконтроля.
- Умение распознавать и называть свои эмоции.
- Умение выражать гнев социально приемлемыми способами.
- Развитие эмпатии и коммуникативных навыков.
- Повышение уверенности в себе.
- Улучшение взаимоотношений с окружающими.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **10 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–9** — коррекционно-развивающий блок (7 занятий).
- **Занятие 10** — итоговое занятие.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (проективные методики, цветовой тест);
- арт-терапия (рисование, лепка из солёного теста, коллаж);
- песочная терапия;
- упражнения на снятие психоэмоционального напряжения;
- дыхательные и релаксационные техники;
- упражнения на развитие навыков саморегуляции;
- беседы;
- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки, сенсорной комнате) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Берковиц, Л. Агрессия: причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. — Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2001.
2. Бютнер, Х. Жить с агрессивными детьми / Х. Бютнер. — Москва, 1991.
3. Воспитание трудного ребенка / Под ред. М. И. Рожнева. — Москва, 2000.
4. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
5. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
10. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.

11. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007.
12. Соколова, Е. Т. Проективные методы исследования личности / Е. Т. Соколова. — Москва, 1980.
13. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
14. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
15. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
16. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
17. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Агрессивность	Проективная методика «Крокодилы»	Адаптированная методика (на основе проективных рисуночных тестов)	Экспресс-диагностика агрессивности, выявление агрессивных тенденций, враждебности, злопамятности
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера	Классическая методика	Оценка психофизиологического состояния, стрессоустойчивости, активности, коммуникативных навыков
Эмоциональное состояние	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка динамики агрессивных проявлений, способов реагирования на фрустрацию, навыков саморегуляции

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и контакт	1	Установление контакта с подростком. Первичная диагностика агрессивности и эмоционального состояния.	Проективная методика «Крокодилы». Цветовой тест Люшера. Беседа «Что такое агрессия?».	Индивидуальная, диагностическая, беседа, рисование
2	Диагностика и настрой	1	Завершение диагностического этапа. Выявление отношения к собственному гневу. Настрой на коррекционную работу.	Рисунок «Мой гнев». Наблюдение за поведением. Обсуждение целей занятий.	Индивидуальная, диагностическая, рисование, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–9)					
3	Я и моя агрессия	1	Знакомство с понятием агрессии. Осознание своих агрессивных проявлений.	Упражнение «Мой гнев вчера и сегодня». Беседа о формах агрессии. Упражнение «Бумажные мячики» (выражение гнева безопасным способом).	Индивидуальная, игровая, арт-терапия, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
4	Эмоции и чувства	1	Развитие навыков распознавания эмоций и чувств, контроля над своим эмоциональным состоянием.	Упражнение «Рисуем чувства». Игра «Угадай эмоцию». Беседа о связи эмоций и агрессии.	Индивидуальная, арт-терапия, игровая, беседа
5	Управление гневом	1	Обучение навыкам контроля и управления собственным гневом.	Дыхательные упражнения. Упражнение «Крик в подушку». Релаксационные техники.	Индивидуальная, релаксация, упражнение, беседа
6	Я и другие	1	Оптимизация общения со сверстниками. Развитие эмпатии и сочувствия.	Упражнение «Комплименты». Игры на развитие эмпатии. Разбор конфликтных ситуаций.	Индивидуальная, игровая, беседа, упражнение
7	Моя самооценка	1	Формирование позитивной самооценки. Укрепление чувства собственного достоинства.	Упражнение «Я хвалю себя за то, что…». Работа с ресурсными образами. Коллаж «Мои сильные стороны».	Индивидуальная, арт-терапия, беседа, упражнение
8	Альтернативные	1	Обучение социально приемлемым	Песочная терапия	Индивидуальная, песочная

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	способы выражения гнева		способам выражения гнева.	(создание образа гнева и его трансформация). Упражнение «Молот эмоций».	терапия, игровая, беседа
9	Я и будущее	1	Закрепление навыков саморегуляции. Формирование позитивного образа будущего.	Визуализация «Я через год». Упражнение «Мои цели». Релаксация.	Индивидуальная, визуализация, беседа, релаксация
ИТОГОВЫЙ БЛОК (занятие 10)					
10	Мои результаты	1	Подведение итогов. Рефлексия. Оценка динамики изменений.	Повторная диагностика («Крокодилы», цветовой тест Люшера). Беседа о достижениях. Рефлексия «Что изменилось?».	Индивидуальная, диагностическая, беседа, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и контакт

Цель: установление контакта с подростком. Первичная диагностика агрессивности и эмоционального состояния.

Задачи:

- установить доверительный контакт с подростком;
- провести проективную методику «Крокодилы»;
- провести цветовой тест Люшера;
- провести беседу «Что такое агрессия?»;
- объяснить цели и задачи занятий.

Оборудование: лист бумаги А4, простой и цветные карандаши, фломастеры, цветовой тест Люшера (8 цветов), бланки протоколов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет, что они будут заниматься вместе, играть, рисовать. Создание безопасной, доверительной атмосферы. Используется жестовая речь, адаптированная для подростка.
Основная часть	1. Проективная методика «Крокодилы» – «Нарисуй крокодила, какой ты его себе представляешь». После завершения – обсуждение рисунка (образ жизни, география, особенности, настроение крокодила). 2. Цветовой тест Люшера – подросток выбирает самый приятный цвет из восьми, затем повторно. Фиксация выбора. 3. Беседа «Что такое агрессия?» – обсуждение, что такое агрессия, злость, гнев, в каких ситуациях они проявляются, как их можно выражать безопасно.
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика и настрой

Цель: завершение диагностического этапа. Выявление отношения к собственному гневу. Настрой на коррекционную работу.

Задачи:

- провести рисуночный тест «Мой гнев»;
- проанализировать отношение подростка к собственному гневу;
- провести наблюдение за поведением;
- настроить подростка на дальнейшую работу.

Оборудование: лист бумаги А4, простой и цветные карандаши, бланк наблюдения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Рисунок «Мой гнев» – «Нарисуй, как ты видишь свой гнев». После завершения – обсуждение: «Что это?», «Какие чувства ты испытывал при рисовании?», «Что ты хочешь сделать с этим рисунком?». 2. Наблюдение за поведением – фиксация особенностей поведения подростка (импульсивность, агрессивные реакции, саморегуляция). 3. Обсуждение целей занятий – «Мы будем учиться справляться со злостью, находить другие способы выражать эмоции».
Заключительная часть	Настрой на работу. Прощание.

Занятие № 3. Я и моя агрессия

Цель: знакомство с понятием агрессии. Осознание своих агрессивных проявлений.

Задачи:

- познакомить с понятием агрессии и её формами;
- помочь осознать свои агрессивные проявления;
- обеспечить возможность безопасного отреагирования гнева.

Оборудование: лист бумаги А4, карандаши, газеты/старые бумаги для «мячиков».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мой гнев вчера и сегодня» – подросток вспоминает ситуации, когда он злился, описывает их и свои чувства, затем рисует символ своего гнева. 2. Беседа о формах агрессии – вербальная, физическая, скрытая. Обсуждение того, какие формы агрессии подросток использует чаще. 3. Упражнение «Бумажные мячики» – подросток сминает газеты, вкладывая в них всё своё напряжение, затем кидает в корзину или размещает на «границе» (безопасное отреагирование гнева).

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты чувствовал, когда сминал бумагу?». Прощание.

Занятие № 4. Эмоции и чувства

Цель: развитие навыков распознавания эмоций и чувств, контроля над своим эмоциональном состоянием.

Задачи:

- учить распознавать и называть свои эмоции;
- развивать способность понимать эмоции других людей;
- показать связь эмоций и агрессии.

Оборудование: лист бумаги А4, цветные карандаши, карточки с пиктограммами эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Рисуем чувства» – подросток рисует своё состояние, используя цвета и линии. Обсуждение: «Что ты чувствуешь?», «Какие цвета выбрал?». 2. Игра «Угадай эмоцию» – психолог показывает пиктограмму, подросток называет эмоцию, приводит пример ситуации, когда он испытывал это чувство. 3. Беседа о связи эмоций и агрессии – «Какие эмоции ведут к агрессии?», «Как можно справляться с ними без агрессии?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о своих эмоциях?». Прощание.

Занятие № 5. Управление гневом

Цель: обучение навыкам контроля и управления собственным гневом.

Задачи:

- освоить приёмы саморегуляции;
- научиться снимать эмоциональное напряжение;
- отработать навыки управления гневом.

Оборудование: подушка, коврик для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Дыхательные упражнения – «глубокий вдох – медленный выдох» (5–7 раз). 2. Упражнение «Крик в подушку» – подросток прикрывает лицо подушкой и кричит в неё, повторяет несколько раз до ощущения опустошения. 3. Релаксационные техники – «На берегу моря» (визуализация с музыкой). 4. Обсуждение – «Что помогает тебе успокоиться?», «Какие техники ты будешь использовать в жизни?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогло снять напряжение?». Прощание.

Занятие № 6. Я и другие

Цель: оптимизация общения со сверстниками. Развитие эмпатии и сочувствия.

Задачи:

- развивать умение понимать других людей;
- учить выражать добрые чувства;
- отрабатывать навыки конструктивного взаимодействия.

Оборудование: карточки с ситуациями, лист бумаги, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Комплименты» – подросток и психолог по очереди говорят друг другу добрые слова. 2. Игры на развитие эмпатии – «Покажи чувство», «Как бы ты поступил?» (разбор ситуаций). 3. Разбор конфликтных ситуаций – подросток описывает ситуацию конфликта, вместе с психологом ищут альтернативные способы её решения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в общении?». Прощание.

Занятие № 7. Моя самооценка

Цель: формирование позитивной самооценки. Укрепление чувства собственного достоинства.

Задачи:

- повысить уровень самооценки;
- помочь осознать свои сильные стороны;
- сформировать позитивный образ «Я».

Оборудование: лист бумаги А4, цветные карандаши/фломастеры, старые журналы, ножницы, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Я хвалю себя за то, что…» – подросток продолжает фразу не менее 10 раз, записывая положительные качества и достижения. 2. Работа с ресурсными образами – «Представь, что у тебя есть внутренняя опора. Что это?», «Нарисуй или опиши свой ресурс». 3. Коллаж «Мои сильные стороны» – подросток создаёт коллаж из вырезок, отражающих его сильные стороны, достижения, увлечения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты нового узнал о себе?». Прощание.

Занятие № 8. Альтернативные способы выражения гнева

Цель: обучение социально приемлемым способам выражения гнева.

Задачи:

- познакомить с альтернативными способами выражения гнева;
- развивать навыки саморегуляции;
- закреплять безопасное отреагирование агрессии.

Оборудование: песочница с песком и фигурками, надувной молот (или подушка).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Песочная терапия – подросток создаёт в песке образ своего гнева, обсуждает его, затем трансформирует (перестраивает, убирает агрессивные элементы, добавляет

Этап	Содержание
	ресурсные фигурки). 2. Упражнение «Молот эмоций» – подросток может поколотить молотом или подушку, выражая гнев безопасным способом. 3. Обсуждение – «Какие ещё способы безопасного выражения гнева ты знаешь?», «Что тебе помогает справиться с агрессией?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в трансформации образа?». Прощание.

Занятие № 9. Я и будущее

Цель: закрепление навыков саморегуляции. Формирование позитивного образа будущего.

Задачи:

- закрепить навыки саморегуляции;
- сформировать позитивный образ будущего;
- укрепить веру в свои возможности.

Оборудование: лист бумаги, ручка/карандаш, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Визуализация «Я через год» – под музыку подросток представляет себя через год, достигшего своих целей, проживает это состояние. 2. Упражнение «Мои цели» – подросток записывает 3–5 целей на ближайшее время и конкретные действия для их достижения. 3. Релаксационное упражнение – закрепление навыков саморегуляции (дыхание, мышечное расслабление). 4. Обсуждение – «Что дала тебе эта визуализация?», «Какие цели ты для себя поставил?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Мои результаты

Цель: подведение итогов. Рефлексия. Оценка динамики изменений.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить достижения и изменения;
- закрепить полученные навыки.

Оборудование: лист бумаги А4, простой и цветные карандаши, цветовой тест Люшера, бланки протоколов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – проективная методика «Крокодилы», цветовой тест Люшера (сравнение с первичной диагностикой). 2. Беседа о достижениях – «Что изменилось в тебе за время занятий?», «Чему ты научился?», «Что стало легче?». 3. Рефлексия «Что изменилось?» – подросток рассказывает о своих изменениях, о том, какие навыки он приобрёл. 4. Обсуждение дальнейших планов – «Какие цели ты ставишь перед собой в будущем?», «Что ещё хотел бы развить?».
Заключительная часть	Похвала за работу. Подведение итогов программы. Вручение диплома (по желанию). Пожелания на будущее. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Арт-терапия как средство коррекции»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха, имеющих повышенный уровень тревожности, всплески агрессии и сложности социализации, в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с повышенным уровнем тревожности, всплесками агрессии и сложностями социализации.

Тревожность как черта личности характеризуется относительно устойчивой склонностью человека воспринимать угрозу своему «Я» в различных ситуациях и реагировать на них усилением состояния тревоги или агрессии. Дети с нарушениями слуха в силу специфики восприятия окружающего мира часто испытывают повышенную тревожность, неуверенность в себе, трудности в установлении контактов со сверстниками и взрослыми. Сочетание нарушения слуха с повышенной тревожностью и агрессивными проявлениями создаёт дополнительные риски для успешной школьной адаптации и личностного развития.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка, уровень его развития и актуальные трудности.

Актуальность программы

Высокая сензитивность младшего школьного возраста определяет наибольшие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познания и деятельности. В то же время нереализация его возрастных и индивидуальных особенностей, нарушения в детско-родительских отношениях ведут за собой рост тревожности ребенка. Тревожность является индикатором психологического неблагополучия, нарушений в эмоциональном и социальном развитии растущего человека. По мере закрепления неадекватного отношения ребенка к себе, своим возможностям, неадекватность становится устойчивой чертой его отношения к миру.

В основу данной коррекционной программы положены:

- теория о цветовосприятии М. Люшера (М. Люшер разработал основы функциональной психологии цветовосприятия, выявив объективный характер психологических значений различных цветов);
- коррекционная методика Дж. Аллана, основанная на восстановлении аутентичности визионерской деятельности ребенка и предполагающая использование серийного рисования.

Используемые в коррекционной программе приемы изодеятельности связаны с рекреацией, саморазвитием, общением, самореализацией ребенка.

Цель программы

Создание безопасного и защищенного эмоционального пространства для ребенка, стимулирование личностного развития обучающегося, развитие его эмоциональной сферы и коррекция поведенческих реакций средствами арт-терапии, цветопсихологии и приемов психологии общения на основе интегрированного подхода.

Задачи программы

1. Стабилизация и гармонизация эмоционально-волевых и поведенческих компонентов личности ребенка.
2. Формирование адекватных эмоциональных реакций ребенка в отношении себя, своих возможностей и окружающего мира.
3. Моделирование психических явлений личности ребенка посредством позитивных эмоций и эмпатии, формирование эмоциональной отзывчивости на красоту человеческих чувств.
4. Формирование у детей опыта конструктивного взаимодействия в диаде и группе и связанных с этим позитивных эмоциональных переживаний.

5. Снижение уровня тревожности и агрессивности.
6. Развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния.

Планируемые результаты

- Снижение уровня тревожности и агрессивности.
- Стабилизация эмоционального состояния.
- Развитие навыков саморегуляции.
- Формирование адекватных эмоциональных реакций.
- Развитие творческих способностей и воображения.
- Улучшение взаимоотношений с родителями и окружающими.
- Повышение уверенности в себе.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **18 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–18** — коррекционно-развивающий блок (16 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика;
- арт-терапия (рисование, кляксография, техника пуантилизм);
- проективные методики;
- релаксационные упражнения;
- беседы;
- работа с пиктограммами.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования (бумага, краски, карандаши, фломастеры, ластик).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Аллан, Дж. Ландшафт детской души / Дж. Аллан. — Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2006.
2. Киселева, М. В. Арт-терапия в работе с детьми / М. В. Киселева. — Санкт-Петербург : Речь, 2006.
3. Копытин, А. И. Арт-терапия детей и подростков / А. И. Копытин. — Москва : Когито-Центр, 2007.
4. Люшер, М. Цвет вашего характера / М. Люшер. — Москва : Вече, 1996.
5. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
6. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.

7. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
8. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
9. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
10. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
11. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Эмоциональное состояние	Цветопсихологический тест М. Люшера	Классическая методика	Оценка психоэмоционального состояния, уровня тревожности, стрессоустойчивости
Эмоциональная сфера	Проективная методика «Куст роз»	Адаптированная проективная методика	Диагностика эмоционального состояния, самооценки, отношения к себе
Школьная тревожность	Методика диагностики уровня школьной тревожности	А. М. Прихожан (адаптация)	Оценка уровня школьной тревожности, выявление факторов тревожности
Самооценка	Методика диагностики самооценки психических состояний	Г. Айзенк (адаптация)	Оценка уровня самооценки, тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности

Тематический план (18 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика	2	Исследование психоэмоционального состояния ребенка.	Цветопсихологический тест М. Люшера. Проективная методика «Куст роз». Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса. Методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку).	Индивидуальная, диагностическая, проективная
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–16)					
Раздел 1. Знакомство и эмоции (занятия 3–6)					
3	Знакомство	1	Установление контакта; создание доверительной обстановки. Снятие психоэмоционального напряжения.	«Мое настроение» (техника пуантилизм). «Несуществующее животное». Упражнение «Лимон».	Индивидуальная, арт-терапия, релаксация
4	В стране эмоций	2	Материализация эмоций. Обучение выражать собственные эмоции.	«Кактус». «Рисование собственной эмоции». «Страхи в домиках». «Обида. Злость» (рисование и трансформация).	Индивидуальная, арт-терапия, беседа
5	Консультация педагога	1	Информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося.	Консультация. Выдача рекомендаций.	Консультация
Раздел 2. Семейные отношения (занятия 7–10)					
6	Семейные узы	2	Исследование межличностных отношений ребенка с родителями.	«Моя семья». «Три дерева». «Семья, которую я хочу».	Индивидуальная, проективная, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	Консультация педагога	1	Информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося.	Консультация. Выдача рекомендаций.	Консультация
Раздел 3. Кто я? (занятия 11–14)					
8	Кто я?	2	Исследование индивидуальных особенностей личности, развитие эмоционально-волевой сферы.	«Рисунок человека». «Дом, дерево, человек». «Человек под дождём».	Индивидуальная, проективная, арт-терапия
9	Консультация педагога	1	Информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося.	Консультация. Выдача рекомендаций.	Консультация
Раздел 4. Творчество и самопознание (занятия 15–18)					
10	Разноцветные пятна	2	Развитие воображения. Снятие психоэмоционального напряжения.	«Кляксы». «Рисунок в круге». «Красивый рисунок».	Индивидуальная, арт-терапия
11	Я — человек	3	Исследование эмоционального состояния, потребностей, самооценки. Поиск ресурсов ребенка.	«Полянка». «Слон». «Метафорический автопортрет». «Нарисуй себя».	Индивидуальная, арт-терапия, беседа
12	Консультация педагога	1	Информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося.	Консультация. Выдача рекомендаций.	Консультация

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика

Цель: исследование психоэмоционального состояния ребенка.

Задачи:

- провести цветопсихологический тест М. Люшера;
- провести проективную рисуночную методику «Куст роз»;
- провести методику диагностики уровня школьной тревожности Филлипса;
- провести методику диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку);
- установить доверительный контакт с ребенком.

Оборудование: бланки методик, цветные и простые карандаши, бумага.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение целей диагностики. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Цветопсихологический тест М. Люшера – ребёнок выбирает цвета по степени привлекательности. 2. Проективная методика «Куст роз» – «Нарисуй куст роз, какой ты его себе представляешь». Обсуждение рисунка. 3. Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса – заполнение опросника (с помощью психолога). 4. Методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку) – ребёнок оценивает свои состояния по шкалам (тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность).
Заключительная часть	Краткое обсуждение самочувствия. Похвала за работу. Прощание.

Занятие № 2. Знакомство

Цель: установление контакта; создание доверительной обстановки. Снятие психоэмоционального напряжения.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребенком;
- снять психоэмоциональное напряжение;
- развивать творческие способности.

Оборудование: бумага, карандаши, краски, ручки, фломастеры, ластик.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание безопасной атмосферы.
Основная часть	1. Упражнение «Мое настроение» (техника пуантилизм) – ребёнок рисует своё настроение точками (свободная техника). 2. Упражнение «Несуществующее животное» – ребёнок придумывает и рисует несуществующее животное, даёт ему несуществующее имя. Обсуждение рисунка. 3. Релаксационное упражнение «Лимон» – расслабление мышц рук: представить лимон в руке, сжать его, выжать сок, затем бросить и расслабить руку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 3. В стране эмоций (часть 1)

Цель: материализация эмоций. Обучение выражать собственные эмоции.

Задачи:

- учить выражать собственные эмоции;
- различать положительные и отрицательные эмоции;
- снимать психоэмоциональное напряжение.

Оборудование: бумага, карандаши, краски, фломастеры, ластик.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Кактус» – «Нарисуй кактус, каким ты его себе представляешь». Вопросы не допускаются. Обсуждение рисунка. 2. Упражнение «Рисование собственной эмоции» – ребёнок изображает свою эмоцию на листе. После окончания рассказывает про свои эмоции, называя их. 3. Упражнение «Страхи в домиках» – в красный и чёрный дом надо расселить страхи. В каком доме будут жить страшные страхи? А в каком — не страшные?
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. В стране эмоций (часть 2)

Цель: материализация эмоций. Обучение выражать собственные эмоции.

Задачи:

- учить выражать негативные эмоции и трансформировать их;
- обучать навыкам саморегуляции;
- корригировать детские обиды.

Оборудование: бумага, краски, кисточки, губки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Обида. Злость» – с помощью кисточек, губок ребёнок изображает обиду и злость на листе. 2. Обсуждение – «Что ты нарисовал?», «Какие чувства ты испытываешь?». 3. Трансформация – ребёнок рвёт, мнёт свой рисунок и выбрасывает в мусор (символическое освобождение от обиды и злости). 4. Релаксация – дыхательное упражнение для успокоения.
Заключительная часть	Рефлексия – «Как ты себя чувствуешь сейчас?». Прощание.

Занятие № 5. Консультация педагога (№ 1)

Цель: информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося с последующей разработкой рекомендаций для работы педагога с обучающимся.

Задачи:

- обсудить результаты диагностики;
- разработать рекомендации для педагога.

Оборудование: протоколы диагностики, записи наблюдений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие педагога.
Основная часть	1. Обсуждение результатов диагностики – психолог информирует педагога об уровне тревожности, агрессивности, эмоциональном состоянии ребенка. 2. Разработка рекомендаций – совместное обсуждение стратегий работы с ребенком в классе.
Заключительная	Ответы на вопросы.

Этап	Содержание
часть	

Занятие № 6. Семейные узы (часть 1)

Цель: исследование межличностных отношений ребенка с родителями.

Задачи:

- изучить восприятие ребенком семейной ситуации;
- выявить эмоциональные связи в семье.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Моя семья» – ребёнок рисует свою семью. Обсуждение рисунка: «Кто здесь нарисован?», «Кто самый главный?», «Кто самый добрый?». 2. Упражнение «Три дерева» – ребёнок рисует три дерева, затем сравнивает их с членами своей семьи. Обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Семейные узы (часть 2)

Цель: исследование межличностных отношений ребенка с родителями.

Задачи:

- изучить представления ребенка об идеальной семье;
- выявить потребности и желания ребенка в семейных отношениях.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Семья, которую я хочу» – ребёнок рисует семью, которую он хотел бы иметь. 2. Обсуждение – «Чем отличается эта семья от твоей настоящей?», «Что ты хотел бы изменить?», «Какие чувства ты испытываешь, глядя на этот рисунок?».

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Консультация педагога (№ 2)

Цель: информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося с последующей разработкой рекомендаций.

Задачи:

- обсудить динамику изменений;
- скорректировать рекомендации.

Оборудование: записи наблюдений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие педагога.
Основная часть	1. Обсуждение динамики – психолог информирует педагога об изменениях в эмоциональном состоянии ребенка. 2. Корректировка рекомендаций – совместное обсуждение дальнейшей стратегии работы.
Заключительная часть	Ответы на вопросы.

Занятие № 9. Кто я? (часть 1)

Цель: исследование индивидуальных особенностей личности, развитие эмоционально-волевой сферы.

Задачи:

- исследовать личностные особенности;
- развивать эмоционально-волевую сферу;
- осуществлять диагностику личностных резервов.

Оборудование: бумага, простой карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Рисунок человека» – «Нарисуй человека,

Этап	Содержание
	какого хочешь». Обсуждение рисунка. 2. Упражнение «Дом, дерево, человек» – ребёнок рисует дом, дерево и человека на одном листе. Обсуждение рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Кто я? (часть 2)

Цель: исследование индивидуальных особенностей личности, развитие эмоционально-волевой сферы.

Задачи:

- оценить способность преодолевать неблагоприятные ситуации;
- осуществить диагностику личностных резервов и особенностей защитных механизмов.

Оборудование: два листа бумаги, простой карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Человек под дождём» – на одном листе ребёнок рисует человека, на другом — человека под дождём. 2. Обсуждение – сравнение двух рисунков: «Как человек реагирует на дождь?», «Есть ли у него защита?», «Что он чувствует?». 3. Сопоставление рисунков – позволяет определить, как ребенок реагирует на стрессовые ситуации.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Консультация педагога (№ 3)

Цель: информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося с последующей разработкой рекомендаций.

Задачи:

- обсудить динамику изменений;
- разработать заключительные рекомендации.

Оборудование: записи наблюдений.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие педагога.
Основная часть	1. Обсуждение динамики – психолог информирует педагога о результатах коррекционной работы. 2. Заключительные рекомендации – совместное обсуждение дальнейшей стратегии работы.
Заключительная часть	Ответы на вопросы.

Занятие № 12. Разноцветные пятна (часть 1)

Цель: развитие воображения. Снятие психоэмоционального напряжения.

Задачи:

- развивать воображение;
- снимать психоэмоциональное напряжение;
- развивать творческие способности.

Оборудование: бумага, краски, кисточки, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Упражнение «Кляксы» – ребёнок капает краску на лист, складывает пополам, получает отпечаток. Обсуждение: «На что похоже это пятно?». 2. Упражнение «Рисунок в круге» – ребёнок раскрашивает или рисует внутри круга всё, что хочет.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Разноцветные пятна (часть 2)

Цель: развитие воображения. Снятие психоэмоционального напряжения.

Задачи:

- развивать воображение;
- снимать психоэмоциональное напряжение;
- создавать положительный эмоциональный фон.

Оборудование: бумага, краски, карандаши, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Упражнение «Красивый рисунок» – свободное рисование по желанию ребёнка. 2. Обсуждение рисунка – «Что ты нарисовал?», «Какое настроение у твоего рисунка?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Я — человек (часть 1)

Цель: исследование эмоционального состояния, потребностей, самооценки. Поиск ресурсов ребенка.

Задачи:

- исследовать эмоциональное состояние;
- выявить потребности и самооценку;
- находить ресурсы ребенка.

Оборудование: бумага, карандаши, краски, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Полянка» – ребёнок рисует полянку и всё, что ему хочется на ней. 2. Упражнение «Слон» – ребёнок рисует слона. Обсуждение рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Я — человек (часть 2)

Цель: исследование эмоционального состояния, потребностей, самооценки. Поиск ресурсов ребенка.

Задачи:

- исследовать самооценку;
- развивать самопознание;
- снижать эмоциональную напряжённость.

Оборудование: 4 листа бумаги, карандаши, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Метафорический автопортрет» – ребёнок на 4 листах рисует: - Если бы я был растением... - Если бы я был посудой... - Если бы я был оружием... - Если бы я был украшением... 2. Обсуждение – «Почему ты выбрал именно этот образ?», «Что он говорит о тебе?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Я — человек (часть 3)

Цель: исследование эмоционального состояния, потребностей, самооценки. Поиск ресурсов ребенка.

Задачи:

- исследовать самооценку;
- развивать позитивное отношение к себе;
- снижать эмоциональную напряжённость.

Оборудование: бумага, карандаши, краски, фломастеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Нарисуй себя» – на одной стороне листа ребёнок рисует себя, каким он нравится себе, а на другой — каким не нравится. 2. Обсуждение – «Чем отличаются эти рисунки?», «Что тебе нравится в себе?», «Что ты хочешь изменить?». 3. Ресурсная работа – «Какой ты хочешь быть?», «Что поможет тебе стать таким?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Консультация педагога (№ 4)

Цель: информирование педагога об изменениях и динамике обучающегося с последующей разработкой рекомендаций.

Задачи:

- обсудить итоги коррекционной работы;
- разработать рекомендации для дальнейшей работы.

Оборудование: протоколы диагностики, записи наблюдений.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие педагога.
Основная часть	1. Обсуждение итогов – психолог информирует педагога о результатах коррекционной работы. 2. Рекомендации для дальнейшей работы – совместное обсуждение стратегий поддержки ребенка.
Заключительная часть	Ответы на вопросы.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Эмоции на песке: коррекция эмоциональной сферы»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями эмоциональной сферы в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с нарушениями эмоциональной сферы: повышенной тревожностью, страхами, агрессивностью, трудностями эмоциональной саморегуляции, замкнутостью.

Дети с нарушениями слуха в силу специфики восприятия окружающего мира часто испытывают трудности в понимании и выражении эмоций, что приводит к эмоциональной напряжённости, невротическим реакциям, трудностям социальной адаптации. Песочная терапия является эффективным методом работы с эмоциональной сферой, так как она не требует активного речевого участия и позволяет ребёнку выразить свои чувства через игру и творчество.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка, уровень его развития и актуальные трудности.

Актуальность программы

В настоящее время в психологической работе с детьми используются различные методы и техники, большинство из которых связаны с творческим самовыражением (рисование, лепка, игра, инсценировка, сочинение сказок). Проблемы и трудности детей находят своё символическое выражение в продуктах творчества. Порождаемые образы и метафоры одновременно являются и симптомами внутреннего состояния человека, и средствами его гармонизации.

Одним из методов, активизирующих фантазию и позволяющих бессознательному стать видимым, является метод песочной терапии. Для ребёнка игра с песком является естественным способом самовыражения. Детский испанский психотерапевт Дж. Линии сравнивал притягательность песка для детей с магнитом: «Прежде чем они успевают осознать, что они делают, их руки сами начинают просеивать песок, строить тоннели, горы и русла рек».

Песочная терапия позволяет ребёнку:

- выразить свои чувства и переживания в безопасной, игровой форме;
- развить тактильную чувствительность и мелкую моторику;
- снизить уровень тревожности и психофизического напряжения;
- научиться распознавать и называть свои эмоции;
- развить творческие способности и воображение.

Цель программы

Стабилизация психоэмоционального состояния младших школьников с нарушениями слуха через использование метода песочной терапии; развитие эмоциональной сферы, снижение тревожности и психофизического напряжения.

Задачи программы

1. Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребёнок чувствует себя комфортно и защищённо, проявляя творческую активность.
2. Стабилизация психоэмоционального состояния ребёнка, развитие тактильных ощущений.
3. Развитие фантазии, наглядно-образного мышления, творческого мышления, побуждение детей к активным действиям и концентрации внимания, способствование проявлению эмпатии.
4. Снижение психофизического напряжения.
5. Актуализация эмоций, обучение их распознаванию и выражению.
6. Развитие познавательных процессов (восприятие, внимание, память, мышление).
7. Формирование установки на положительное отношение к себе.

Планируемые результаты

- Снижение уровня тревожности и психофизического напряжения.
- Исчезновение или уменьшение страхов, навязчивостей, агрессивных проявлений.
- Развитие умения распознавать и называть собственные эмоции и эмоции других людей.
- Совершенствование развития мелкой моторики и познавательных процессов.
- Развитие творческих способностей и воображения.
- Формирование навыков саморегуляции.
- Получение опыта эффективного общения (при работе в группе или с родителями).

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **6 занятий** (индивидуально или с родителями, 2 раза в неделю по 45–50 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок (знакомство, первичная диагностика).
- **Занятия 3–5** — коррекционно-развивающий блок (3 занятия).
- **Занятие 6** — итоговое занятие.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- песочная терапия (сюжетные игры, игры-забавы, дидактические игры-упражнения);
- сказкотерапия (рассказывание сказок на песке);
- арт-терапия (рисование песком);
- конструирование из песка;
- беседы;
- наблюдение.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в кабинете, оборудованном для песочной терапии (песочница, коллекция миниатюрных фигурок, цветной песок, природные материалы).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Атертон, Дж. Песочная терапия: руководство по практике / Дж. Атертон. — Москва, 2005.
2. Грабенко, Т. М., Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т. М. Грабенко, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.
3. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
5. Леонгард, Э. И. Песочная терапия в работе с детьми с нарушениями слуха / Э. И. Леонгард // Специальное образование. — 2005.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.

10. Сакович, Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту / Н. А. Сакович. — Санкт-Петербург : Речь, 2006.
11. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
12. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
13. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
14. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
15. Юнг, К. Г. Архетип и символ / К. Г. Юнг. — Москва, 1991.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности, комфорта/дискомфорта
Эмоциональная сфера	Проективная методика «Кактус»	М. А. Панфилова	Диагностика агрессивности, импульсивности, тревожности, самооценки
Страхи	Беседа «Чего я боюсь?»	Адаптированная беседа	Выявление содержания и количества страхов
Эмоциональное состояние	Наблюдение в процессе песочной терапии	Адаптированная схема наблюдения	Оценка эмоциональных реакций, саморегуляции, коммуникативных навыков в процессе игры

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Знакомство с песком	1	Знакомство с правилами поведения в песочнице. Первичная диагностика эмоционального состояния через игру с песком.	Знакомство с песком (свободная игра). Наблюдение за поведением. Беседа о чувствах и ощущениях.	Индивидуальная, игровая, наблюдение, беседа
2	Диагностика и адаптация	1	Стабилизация психоэмоционального состояния. Снятие напряжения. Выявление актуальных проблем.	Свободная игра в песке с фигурками. Игры-забавы. Цветовой тест Люшера. Проективная методика «Кактус».	Индивидуальная, игровая, диагностическая, рисование
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–5)					
3	Песочные истории	1	Развитие фантазии, наглядно-образного мышления. Снижение напряжения. Актуализация эмоций.	Рассказывание сказок на песке. Создание песочных композиций. Игры «Узоры на песке», «Мы создаём мир».	Индивидуальная, игровая, сказкотерапия, творческая работа
4	Эмоции в песке	1	Развитие умения распознавать и выражать эмоции через игру с песком. Формирование творческого потенциала.	Рисование песком эмоций. Игра «Эмоции на песке». Создание образов радости, грусти, гнева. Обсуждение.	Индивидуальная, арт-терапия, творческая работа, беседа
5	Песочный мир моих чувств	1	Снижение тревожности, агрессивности. Развитие эмоциональной саморегуляции. Стабилизация эмоционального состояния.	Конструирование из песка. Создание своего мира. Проработка актуальных переживаний. Обсуждение изменений.	Индивидуальная, песочная терапия, конструирование, беседа
ИТОГОВЫЙ БЛОК (занятие 6)					
6	Мои песочные открытия	1	Подведение итогов. Рефлексия. Оценка динамики эмоционального состояния.	Повторная диагностика (по необходимости). Беседа о достижениях. Свободная игра в песке. Анкета обратной связи (для родителей).	Индивидуальная, игровая, беседа, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Знакомство с песком

Цель: знакомство с правилами поведения в песочнице. Первичная диагностика эмоционального состояния через игру с песком.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- познакомить с правилами работы в песочнице;
- создать атмосферу безопасности и комфорта;
- провести наблюдение за эмоциональными реакциями ребёнка.

Оборудование: песочница с чистым песком, коллекция миниатюрных фигурок, природные материалы, магнитофон (для релаксационной музыки).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется. Объяснение целей занятия. Правила поведения в песочнице: «Нельзя бросаться песком, нельзя разрушать постройки других без разрешения. Можно: трогать, строить, закапывать, пересыпать». Адаптация речи с использованием жестов.
Основная часть	1. Знакомство с песком – ребёнку предлагается потрогать песок, пересыпать его, сделать отпечатки ладоней и кулачков. Обсуждение ощущений: «Какой песок? (сухой, мокрый, тёплый, холодный)». 2. Свободная игра – ребёнок строит то, что хочет, используя фигурки. Психолог наблюдает, не вмешиваясь. 3. Обсуждение построенного – «Что ты построил?», «Кто здесь живёт?», «Что здесь происходит?». 4. Беседа о чувствах – «Что ты чувствовал, когда играл с песком?», «Что тебе понравилось больше всего?».
Заключительная часть	Прощание. Ребёнок может оставить или убрать постройку (по желанию).

Занятие № 2. Диагностика и адаптация

Цель: стабилизация психоэмоционального состояния. Снятие напряжения. Выявление актуальных проблем.

Задачи:

- провести диагностику эмоционального состояния (цветовой тест Люшера, «Кактус»);
- продолжить адаптацию к песочнице;
- выявить актуальные переживания и трудности ребёнка.

Оборудование: песочница с песком и фигурками, цветовой тест Люшера, лист бумаги и карандаши для методики «Кактус», музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Цветовой тест Люшера – ребёнок выбирает цвета по степени привлекательности. 2. Проективная методика «Кактус» – ребёнок рисует кактус, затем обсуждаем рисунок. 3. Свободная игра в песке – ребёнок играет с песком и фигурками, психолог наблюдает и задаёт уточняющие вопросы. 4. Игра-забава «Найди предмет» – психолог прячет маленький предмет в песке, ребёнок ищет его на ощупь.
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Прощание.

Занятие № 3. Песочные истории

Цель: развитие фантазии, наглядно-образного мышления. Снижение напряжения. Актуализация эмоций.

Задачи:

- развивать творческое воображение через создание песочных композиций;
- учить выражать свои чувства через игру с песком;
- снижать эмоциональное напряжение.

Оборудование: песочница с песком и фигурками, палочки для рисования на песке, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Упражнение «Узоры на песке» – ребёнок рисует палочкой узоры на песке, затем рассказывает, что он нарисовал. 2. Игра «Мы создаём мир» – ребёнок строит свой мир в песочнице, используя фигурки. Психолог задаёт вопросы: «Какой это мир?», «Кто в нём живёт?», «Что здесь происходит?». 3. Рассказывание сказки на песке – психолог начинает сказку, ребёнок продолжает, используя фигурки для иллюстрации. 4. Обсуждение – «Что тебе понравилось в твоём мире?», «Что бы ты хотел изменить?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 4. Эмоции в песке

Цель: развитие умения распознавать и выражать эмоции через игру с песком. Формирование творческого потенциала.

Задачи:

- учить выражать эмоции через песочные образы;
- развивать умение распознавать эмоции других (на примере фигурок);
- формировать навыки эмоциональной саморегуляции.

Оборудование: песочница с песком, цветной песок, фигурки, карточки с изображением эмоций, палочки для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Эмоции на песке» – ребёнок рисует на песке эмоцию (радость, грусть, злость, страх) с использованием цветного песка. Обсуждение: «Что это за эмоция?», «Почему ты выбрал именно этот цвет?». 2. Игра «Фигурки с разными настроениями» – психолог показывает фигурку, ребёнок придумывает, какое у неё настроение и почему, затем изображает это в песке. 3. Создание композиции «Моё настроение» – ребёнок строит композицию, отражающую его настроение сегодня. 4. Обсуждение – «Что изменилось в твоём настроении во время занятия?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Песочный мир моих чувств

Цель: снижение тревожности, агрессивности. Развитие эмоциональной саморегуляции. Стабилизация эмоционального состояния.

Задачи:

- проработать актуальные переживания через песочные композиции;
- развивать навыки саморегуляции;
- формировать позитивное отношение к себе.

Оборудование: песочница с песком, фигурки, природные материалы, ёмкость с водой, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Релаксационное упражнение «Песочный дождь» – ребёнок пересыпает песок через пальцы, представляет, что

Этап	Содержание
	это тёплый дождь, смывающий тревоги. 2. Конструирование «Замок из песка» – ребёнок строит замок, используя мокрый песок. Обсуждение: «Что это за замок?», «Кто в нём живёт?». 3. Проработка актуальных переживаний – психолог предлагает построить ситуацию, которая волнует ребёнка (например, «построй школу», «построй дом, где тебе хорошо»). Обсуждение. 4. Создание «ресурсного мира» – ребёнок строит мир, в котором ему спокойно и хорошо. Обсуждение: «Что помогает тебе чувствовать себя спокойно?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Мои песочные открытия

Цель: подведение итогов. Рефлексия. Оценка динамики эмоционального состояния.

Задачи:

- обсудить достижения и изменения;
- провести повторную диагностику (по необходимости);
- закрепить полученные навыки;
- получить обратную связь от ребёнка и родителей.

Оборудование: песочница с песком и фигурками, цветовой тест Люшера, бланк анкеты обратной связи (для родителей).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика (по необходимости) – цветовой тест Люшера (для оценки динамики). 2. Свободная игра в песке – ребёнок строит то, что хочет, затем рассказывает о своей постройке. 3. Беседа о достижениях – «Что тебе запомнилось на занятиях?», «Что изменилось в твоём настроении?», «Что нового ты узнал о своих чувствах?». 4. Рефлексия – «Что было самым важным для тебя?», «Какое занятие понравилось больше всего?». 5. Анкета обратной связи (для родителей).
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность за работу. Пожелания на будущее. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Путь к эмоциональной устойчивости»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с повышенным уровнем тревожности в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с повышенным уровнем тревожности, страхами, трудностями адаптации к школе. Дети с нарушениями слуха в силу специфики восприятия окружающего мира часто испытывают повышенную тревожность, неуверенность в себе, трудности в установлении контактов со сверстниками и взрослыми. Сочетание нарушения слуха с повышенной тревожностью создаёт дополнительные риски для успешной школьной адаптации и личностного развития.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка, уровень его развития и актуальные трудности.

Актуальность программы

Школьная тревожность является одной из наиболее распространённых проблем в младшем школьном возрасте. У детей с нарушениями слуха эта проблема приобретает особую остроту в связи с ограниченными возможностями восприятия информации, трудностями коммуникации и социального взаимодействия. Тревожность проявляется в повышенной эмоциональной напряжённости, страхах, неуверенности, снижении учебной мотивации и трудностях адаптации.

Своевременная коррекционная работа, направленная на снижение уровня тревожности, развитие эмоциональной устойчивости и навыков саморегуляции, позволяет предотвратить формирование устойчивых невротических реакций и способствует успешной социализации ребёнка.

Программа направлена на создание условий для преодоления страхов и тревожности у младших школьников, обеспечение индивидуальной траектории развития, определение причин проявления тревожности и её коррекцию.

Цель программы

Создание условий для преодоления страхов и тревожности у ребёнка, обеспечение индивидуальной траектории развития; определение причин проявления тревожности и её коррекция.

Задачи программы

1. Уменьшение тревожности, снижение эмоционального напряжения, помощь в преодолении негативных переживаний.
2. Изучение особенностей взаимоотношений в классе, социальной структуры, эмоциональной атмосферы.
3. Развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я». Развитие различных ощущений и восприятий.
4. Изучение детско-родительских отношений.
5. Обследование особенностей познавательной деятельности.
6. Подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь.

Планируемые результаты

- Повышение уверенности в себе.
- Снижение тревожности.
- Снижение количества страхов.
- Улучшение взаимоотношений родитель-ребёнок.
- Развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния.
- Повышение адаптации к школьной среде.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **8 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–7** — коррекционно-развивающий блок (5 занятий).
- **Занятие 8** — итоговое занятие.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (тесты, проективные методики, социометрия);
- арт-терапия (лепка, рисование);

- песочная терапия;
- игры и упражнения на развитие ощущений и восприятий;
- беседы;
- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки, сенсорной комнате) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Астахов, В. М. Введение в дефектологию с основами нейро- и патопсихологии / В. М. Астахов. — Москва, 1994.
2. Золотова, Т. Н. Психология стресса / Т. Н. Золотова. — Москва : Книголюб, 2008. — 192 с.
3. Ильин, Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. — Санкт-Петербург : Питер, 2004. — 701 с.
4. Ильин, Е. П. Психофизиология состояний человека / Е. П. Ильин. — Санкт-Петербург : Питер, 2005. — 412 с.
5. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. — Санкт-Петербург : Питер, 2001. — 752 с.
6. Кандыба, В. М. Психическая саморегуляция / В. М. Кандыба. — Москва, 2000.
7. Крысько, В. Г. Психология и педагогика : курс лекций / В. Г. Крысько. — 4-е изд. — Москва : Омега-Л, 2006. — 368 с.
8. Кузнецова, О. В. Взаимосвязь уровней тревожности и механизмов адаптации личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук / О. В. Кузнецова. — Москва : Институт психологии РАН, 2009.
9. Кураев, Г. А., Пожарская, Е. Н. Психология человека : курс лекций / Г. А. Кураев, Е. Н. Пожарская. — Ростов-на-Дону : УНИИ валеологии РГУ, 2002. — 250 с.
10. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
11. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
15. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
16. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
17. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Школьная тревожность	Тест Кондаша (адаптированный для детей с нарушением слуха)	А. М. Прихожан (модификация)	Оценка уровня школьной, самооценочной и межличностной тревожности
Эмоциональное состояние	Проективная методика «Кактус»	М. А. Панфилова	Диагностика агрессивности, импульсивности, тревожности, оптимизма, самооценки
Межличностные отношения в классе	Социометрия (с использованием цвета)	Дж. Морено (модификация для младших школьников)	Изучение структуры межличностных отношений, эмоциональной атмосферы в классе, статуса ребёнка
Внутрисемейные отношения	«Рисунок семьи»	Классическая проективная методика	Диагностика детско-родительских отношений, эмоционального благополучия в семье
Познавательная деятельность	Диагностический альбом	Н. Я. Семаго, М. М. Семаго	Оценка уровня развития познавательной деятельности, выявление индивидуальных особенностей
Страхи	Беседа «Чего я боюсь?»	Адаптированная беседа	Выявление содержания и количества страхов
Самооценка	Методика «Лесенка»	В. Г. Щур (адаптация)	Оценка уровня самооценки

Тематический план (8 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Знакомство и диагностика	1	Адаптировать ребёнка к новой обстановке. Уменьшение тревожности, снижение эмоционального напряжения. Первичная диагностика уровня тревожности.	Лепка. Лабиринты. Беседа «Чего я боюсь?». Тест Кондаша (адаптированный). Проективная методика «Кактус».	Индивидуальная, диагностическая, игровая, арт-терапия
2	Диагностика и настрой	1	Завершение диагностического этапа. Изучение особенностей взаимоотношений в классе, социальной структуры, эмоциональной атмосферы.	Социометрия класса (дерево, применение цвета). Рисунок «Мой класс». Беседа о школе.	Индивидуальная, диагностическая, беседа, рисование
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–7)					
3	Мой внутренний мир	1	Развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я». Развитие различных ощущений и восприятий.	Песочная терапия (построение мира, установление границ, способы самовыражения). Работа с предметами (тяжелее-легче, гладкий-ребристый, круглый-квадратный).	Индивидуальная, песочная терапия, сенсорная игра
4	Я и моя семья	1	Изучение детско-родительских отношений.	Семейная социограмма. Рисунок семьи. Беседа о семье.	Индивидуальная, проективная, беседа, рисование
5	Я умею и могу	1	Обследование особенностей познавательной деятельности. Повышение уверенности в себе.	Диагностический альбом Семаго. Упражнения на развитие познавательных процессов. Игра «Я умею».	Индивидуальная, диагностическая, игровая
6	Мои страхи и победы	1	Преодоление страхов, снижение тревожности, развитие эмоциональной устойчивости.	Рисование страха и его «разрушение». Упражнение «Я сильнее своего страха». Релаксационные упражнения.	Индивидуальная, арт-терапия, релаксация, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	Я становлюсь сильнее	1	Закрепление навыков саморегуляции, повышение уверенности в себе.	Дыхательные упражнения. Игры на развитие уверенности. Упражнения на снятие мышечного напряжения.	Индивидуальная, игровая, релаксация, психогимнастика
ИТОГОВЫЙ БЛОК (занятие 8)					
8	Мои результаты	1	Подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь. Оценка динамики изменений.	Повторная диагностика: тест Кондаша, «Кактус». Беседа о достижениях. Рефлексия «Что изменилось?». Анкета обратной связи.	Индивидуальная, беседа, рефлексия, диагностическая

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Знакомство и диагностика

Цель: адаптировать ребёнка к новой обстановке, уменьшить тревожность, снизить эмоциональное напряжение. Провести первичную диагностику уровня тревожности.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- создать безопасную, располагающую атмосферу;
- провести диагностику уровня тревожности (тест Кондаша, «Кактус»);
- выявить наличие и содержание страхов через беседу;
- познакомить с формами работы.

Оборудование: пластилин, лабиринты (распечатанные), бланк теста Кондаша, лист для методики «Кактус», цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется. Объяснение, что они будут заниматься вместе, играть, рисовать, лепить. Создание доверительной атмосферы. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Информация о программе, её целях и задачах, правилах работы с психологом. Ребёнок рассказывает о себе (по желанию). 2. Упражнение на снятие напряжения – лабиринты (поиск выхода, развитие усидчивости и внимания). 3. Лепка – свободная лепка (что хочет), обсуждение того, что получилось, какие ощущения при лепке. 4. Беседа «Чего я боюсь?» – выявление содержания страхов. 5. Тест Кондаша (адаптированный) – заполнение с помощью психолога (зачитывание ситуаций, выбор ответа). 6. Проективная методика «Кактус» – ребёнок рисует кактус, затем обсуждаем рисунок.
Заключительная часть	Похвала за работу. Обсуждение самочувствия. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика и настрой

Цель: завершение диагностического этапа. Изучение особенностей взаимоотношений в классе, социальной структуры, эмоциональной атмосферы.

Задачи:

- провести социометрию класса с использованием цвета;
- выявить статус ребёнка в классе;
- определить эмоциональную атмосферу в классе;
- настроить на дальнейшую работу.

Оборудование: дерево с человечками (стимульный материал), цветные карандаши, лист для рисунка «Мой класс».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание доверительной обстановки.
Основная часть	1. Социометрическая методика – психолог предлагает ребёнку раскрасить цветами человечков на дереве и определить, кто из класса, где находится. Психолог не влияет на выбор, поддерживает любой выбор. 2. Обсуждение – «Почему ты так раскрасил?», «Кто здесь самый весёлый?», «Кто самый грустный?». 3. Рисунок «Мой класс» – ребёнок рисует свой класс, затем рассказывает о рисунке. 4. Беседа о школе – «Что тебе нравится в школе?», «Что не нравится?», «С кем ты дружишь?».
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Мой внутренний мир

Цель: развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я». Развитие различных ощущений и восприятий.

Задачи:

- развивать творческое воображение через песочную терапию;
- помочь ребёнку осознать свои внутренние переживания;
- развивать тактильные ощущения;
- формировать навыки самовыражения.

Оборудование: песочный стол, фигурки для песочной терапии, предметы разной фактуры (гладкий-ребристый, тяжёлый-лёгкий, круглый-квадратный).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Песочная терапия – ребёнок строит свой мир в песке, используя фигурки. Психолог наблюдает, задаёт вопросы: «Что это?», «Кто здесь живёт?», «Что здесь происходит?». 2. Обсуждение построенного мира – внутренние переживания и самоощущения, установление собственных границ, способы самовыражения. 3. Работа с предметами – ребёнок исследует предметы, определяет: тяжёлый-лёгкий, гладкий-ребристый, круглый-квадратный. Словесное обозначение ощущений. 4. Тактильные ощущения – ребёнок с закрытыми глазами

Этап	Содержание
	определяет предмет на ощупь.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в своём мире?», «Какие ощущения запомнились?». Прощание.

Занятие № 4. Я и моя семья

Цель: изучение детско-родительских отношений, выявление эмоционального климата в семье.

Задачи:

- изучить восприятие ребёнком семейной ситуации;
- выявить эмоциональные связи в семье;
- создать условия для выражения чувств к членам семьи.

Оборудование: лист бумаги, цветные карандаши, фигурки для семейной социограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Рисунок семьи – ребёнок рисует свою семью. Психолог наблюдает, отмечает особенности: размер фигур, расположение, детали. 2. Семейная социограмма – с помощью фигурок ребёнок расставляет членов семьи, показывая их отношения (кто ближе, кто дальше). 3. Беседа о семье – «Кто самый главный в семье?», «К кому ты чаще обращаешься за помощью?», «Что тебе нравится делать вместе с семьёй?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нравится в твоей семье?». Прощание.

Занятие № 5. Я умею и могу

Цель: обследование особенностей познавательной деятельности; повышение уверенности в себе.

Задачи:

- выявить индивидуальные особенности познавательной деятельности;
- создать ситуацию успеха;
- повысить уверенность в собственных силах.

Оборудование: диагностический альбом Семаго, бланки с заданиями, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу. Психолог объясняет, что сегодня они будут выполнять интересные задания.
Основная часть	1. Диагностика познавательной деятельности – психолог предлагает ребёнку выполнить задания из диагностического альбома Семаго (в зависимости от возраста и уровня развития). 2. Упражнения на развитие познавательных процессов – «Найди отличия», «Продолжи ряд», «Запомни картинки». 3. Игра «Я умею» – ребёнок называет и показывает, что он умеет делать хорошо. Психолог поддерживает, подчёркивает успехи. 4. Игра «Угадай предмет» – ребёнок описывает предмет, психолог угадывает.
Заключительная часть	Похвала за выполнение заданий. Рефлексия: «Какое задание тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 6. Мои страхи и победы

Цель: преодоление страхов, снижение тревожности, развитие эмоциональной устойчивости.

Задачи:

- выявить и проработать страхи ребёнка;
- снизить уровень тревожности;
- научить ребёнка справляться со страхами;
- создать ощущение победы над страхом.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, мягкая игрушка, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа о страхах – «Чего ты боишься?», «Что делает твой страх?», «Когда он приходит?». 2. Рисование страха – ребёнок рисует свой страх, затем рассказывает о нём. 3. Упражнение «Я сильнее своего страха» – ребёнок «разрывает» рисунок страха и проговаривает «Я сильнее своего страха!». 4. Релаксационное упражнение – «Путешествие в страну безопасности» (визуализация с музыкой). 5. Упражнение «Мой талисман» – ребёнок придумывает, что поможет ему справиться со страхом (можно нарисовать).

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты чувствуешь сейчас?», «Ты стал сильнее?». Прощание.

Занятие № 7. Я становлюсь сильнее

Цель: закрепление навыков саморегуляции, повышение уверенности в себе.

Задачи:

- закрепить навыки саморегуляции;
- развивать способность управлять своим состоянием;
- повысить уверенность в себе.

Оборудование: коврик, музыка для релаксации, мяч, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Дыхательные упражнения – «Насос и мяч», «Дыхание с подсчётом» (вдох на 4, выдох на 4). 2. Упражнение на снятие мышечного напряжения – «Штанга», «Шалтай-Болтай». 3. Игры на развитие уверенности – «Я смелый», «Волшебный стул» (ребёнок садится, психолог говорит о его достоинствах). 4. Разбор ситуаций – «Что ты сделаешь, если испугаешься?», «Как успокоиться перед контрольной?». 5. Закрепление навыков – ребёнок сам выполняет дыхательное упражнение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты теперь умеешь делать, чтобы успокоиться?». Прощание.

Занятие № 8. Мои результаты

Цель: подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь. Оценка динамики изменений.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- оценить динамику изменений;
- обсудить достижения ребёнка;
- получить обратную связь от ребёнка и родителей.

Оборудование: бланк теста Кондаша, лист для методики «Кактус», анкета обратной связи.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – тест Кондаша, проективная методика «Кактус». 2. Обсуждение результатов – сравнение с первичной диагностикой (в доступной для ребёнка форме). 3. Беседа о достижениях – «Что изменилось?», «Чему ты научился?», «Что стало легче?». 4. Рефлексия «Что изменилось?» – ребёнок рассказывает о своих изменениях. 5. Анкета обратной связи – заполняется с помощью психолога.
Заключительная часть	Похвала за работу. Подведение итогов программы. Пожелания на будущее. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Внутренняя опора: ресурсы развития личности»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 5–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с отклоняющимся поведением в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся;
- Профилактического подхода к работе с отклоняющимся поведением (А.Е. Личко, В.В. Ковалёв, В.С. Битенский).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с отклоняющимся поведением. Подростки с нарушениями слуха находятся в зоне особого риска в связи с ограниченными возможностями коммуникации, трудностями социальной адаптации, повышенной тревожностью и импульсивностью. Отклоняющееся поведение может проявляться в агрессивности, конфликтности, уходе из дома, употреблении ПАВ, нарушениях дисциплины.

Программа построена на **ресурсном подходе**, ориентирована не на борьбу с проблемным поведением, а на поиск и укрепление внутренних опор подростка, развитие его сильных сторон и формирование позитивного взгляда на будущее.

Актуальность программы

Проблема отклоняющегося поведения подростков остаётся одной из наиболее острых в современной образовательной практике. Подростковый возраст характеризуется кризисом идентичности, поиском своего места в социуме, стремлением к независимости. В сочетании с нарушением слуха эти процессы приобретают особую остроту: подростки с нарушениями слуха часто испытывают трудности в установлении контактов, недопонимание со стороны окружающих, что провоцирует защитные и девиантные формы поведения.

Ресурсный подход в коррекции отклоняющегося поведения предполагает смещение акцента с проблемы на возможности. Вместо концентрации на недостатках и проступках подростка программа направлена на выявление и укрепление его сильных сторон, развитие внутренней опоры, формирование позитивных целей и смыслов жизни.

Программа основана на работах Л.С. Выготского о зоне ближайшего развития, теории ресурсов С. Мадди и С. Кобейса, исследованиях Д.А. Леонтьева о личностном потенциале как основе самодетерминации.

Цель программы

Коррекция отклоняющегося поведения подростков через поиск и укрепление психологических ресурсов личности, формирование позитивного образа «Я» и жизненной перспективы.

Задачи программы

1. Изучение детско-родительских отношений, структуры семьи, эмоциональной атмосферы. Анализ семейных ресурсов.
2. Изучение интересов и увлечений подростка, его референтной группы. Оценка подростком своих возможностей и устремлений.
3. Оценка психоэмоционального состояния подростка, самоощущения, копинг-стратегий.
4. Анализ уровня самооценки, познавательного развития, выявление депрессивных состояний.
5. Развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я».
6. Формирование позитивного взгляда на будущее, укрепление установки на достижение целей.
7. Подведение итогов проделанной работы, рефлексия, обратная связь.

Планируемые результаты

- Повышение уверенности в себе.
- Снижение тревожности.
- Улучшение взаимоотношений с родителями.
- Осознание своих сильных сторон и ресурсов.
- Формирование позитивного образа будущего.
- Снижение риска рецидивов отклоняющегося поведения.
- Развитие навыков целеполагания и планирования.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **8 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–7** — коррекционно-развивающий блок (5 занятий).
- **Занятие 8** — итоговое занятие.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (проективные методики, опросники, тесты);
- арт-терапия (рисование, коллаж);
- беседы;
- упражнения на развитие самооценки и целеполагания;
- ресурсные техники;
- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Битенский, В. С. Профилактика отклоняющегося поведения / В. С. Битенский. — Москва, 1990.
2. Бодров, В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса / В. А. Бодров // Психологический журнал. — 2006. — Т. 27. — № 2. — С. 113–122.
3. Бодров, В. А. Психологический стресс: к проблеме его преодоления / В. А. Бодров // Проблемы психологии и эргономики. — Тверь, 2001. — № 4. — С. 28–33.
4. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. — Санкт-Петербург : Питер, 2009. — 336 с.
5. Выготский, Л. С. Педология подростка / Л. С. Выготский. — Москва, 1931.
6. Куликов, Л. В. Психогигиена личности / Л. В. Куликов. — Санкт-Петербург, 2004. — 464 с.
7. Леонтьев, Д. А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации / Д. А. Леонтьев // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова. — 2002. — Вып. 1. — С. 56–65.
8. Личко, А. Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков / А. Е. Личко. — Санкт-Петербург, 1999.
9. Мадди, С. Р. Смыслообразование в процессе принятия решений / С. Р. Мадди // Психологический журнал. — 2005. — Т. 26. — № 6. — С. 87–101.
10. Маклаков, А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. — 2001. — Т. 22. — № 1. — С. 16–24.
11. Малыхина, Я. В. Социально-психологические аспекты системной профилактики «общего девиантного синдрома» : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Я. В. Малыхина. — Санкт-Петербург : РПГУ, 2004.
12. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.

13. Муздыбаев, К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ / К. Муздыбаев // Журнал социологии и социальной антропологии. — 1998. — Т. 1. — № 2. — С. 100–109.
14. Никифоров, Г. С. (ред.). Практикум по психологии здоровья / под ред. Г. С. Никифорова. — Санкт-Петербург : Питер, 2005. — 351 с.
15. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
16. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
17. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
18. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. — Москва : Прогресс, 1990. — 175 с.
19. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
20. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
21. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
22. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
23. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис, В. В. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. — Санкт-Петербург : Питер, 1999.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Детско-родительские отношения	Семейная социограмма	Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис	Выявление положения субъекта в системе межличностных отношений в семье, характера коммуникаций, эмоциональной близости/отдалённости
Интересы и увлечения	Анкета «Вот я какой!»	Адаптированный вариант	Изучение интересов, увлечений, референтной группы, целей и устремлений подростка
Психоэмоциональное состояние	Проективная методика «Человек под дождём»	Адаптированная проективная методика	Диагностика личностных резервов, способности

Сфера	Методика	Источник	Цель
			преодолевать неблагоприятные ситуации, особенностей защитных механизмов
Самооценка	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан)	Анализ уровня самооценки и уровня притязаний по 7 шкалам
Познавательное развитие	Диагностический альбом	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Комплексное обследование памяти, внимания, мышления
Депрессивные состояния	Шкала депрессивных состояний	М. Ковач (CDI)	Определение количественных показателей спектра депрессивных симптомов у детей и подростков

Тематический план (8 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Семья и я	1	Изучение детско-родительских отношений, структуры семьи, эмоциональной атмосферы. Анализ ресурсов семьи.	Семейная социограмма (Эйдемиллер, Юстицкис). Рисунок семьи. Беседа о семье.	Индивидуальная, диагностическая, проективная, беседа
2	Мои интересы	1	Изучение интересов и увлечений подростка, его референтной группы. Оценка своих возможностей и устремлений.	Анкета «Вот я какой!». Беседа об интересах, увлечениях, друзьях, целях.	Индивидуальная, диагностическая, анкетирование, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–7)					
3	Как я справляюсь	1	Оценка психоэмоционального состояния подростка, самоощущения, копинг-стратегий.	Проективная методика «Человек под дождём». Обсуждение способов совладания с трудностями.	Индивидуальная, проективная, беседа
4	Я сам и мои возможности	1	Анализ уровня самооценки. Комплексное обследование познавательного развития. Определение наличия депрессивных состояний.	Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн, мод. Прихожан). Диагностический комплект Семаго. Шкала депрессивных состояний Ковач.	Индивидуальная, диагностическая, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
5	Моя мечта	1	Формирование стойкой установки на будущее. Укрепление позитивного взгляда на свою дальнейшую жизнь. Развитие творческого воображения.	Арт-терапия (коллаж) на тему «Моя мечта». Обсуждение целей и желаний.	Индивидуальная, арт-терапия, творческая работа, беседа
6	Мои ресурсы	1	Осознание и укрепление внутренних ресурсов личности. Повышение уверенности в себе.	Упражнение «Мои сильные стороны». Работа с ресурсными образами. Беседа о поддержке и опоре.	Индивидуальная, беседа, упражнение, рефлексия
7	Я строю своё будущее	1	Закрепление навыков целеполагания, развитие позитивного мышления.	Упражнение «Моя жизнь через 5 лет». Планирование целей. Ресурсная визуализация.	Индивидуальная, упражнение, визуализация, беседа
ИТОГОВЫЙ БЛОК (занятие 8)					
8	Мои результаты	1	Подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь.	Повторная диагностика (по необходимости). Беседа о достижениях. Рефлексия «Что изменилось?». Анкета обратной связи.	Индивидуальная, беседа, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Семья и я

Цель: изучение детско-родительских отношений, структуры семьи, эмоциональной атмосферы. Анализ ресурсов семьи.

Задачи:

- установить доверительный контакт с подростком;
- провести семейную социограмму;
- выявить восприятие подростком семейной ситуации;
- определить ресурсы семьи для дальнейшей коррекции.

Оборудование: лист бумаги А4 с нарисованным кругом, цветные карандаши, бланк семейной социограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели и задачи программы, правила работы. Создание доверительной атмосферы. Используется жестовая речь, адаптированная для подростка.
Основная часть	1. Семейная социограмма – подростку предлагается в заранее нарисованном круге изобразить себя и членов своей семьи в виде кружков. Обсуждение: «Кого изобразил первым?», «Почему так расположил?», «Кто самый близкий?». 2. Рисунок семьи (дополнительно) – «Нарисуй свою семью». Обсуждение рисунка. 3. Беседа о семье – «Кто в семье самый главный?», «К кому ты обращаешься за помощью?», «Что тебе нравится в семье?», «Что бы ты хотел изменить?».
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 2. Мои интересы

Цель: изучение интересов и увлечений подростка, его референтной группы. Оценка своих возможностей и устремлений.

Задачи:

- выявить интересы и увлечения подростка;
- определить его референтную группу;
- оценить самоощущение подростка в различных сферах жизни.

Оборудование: бланк анкеты «Вот я какой!», ручка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Анкета «Вот я какой!» – подросток заполняет анкету, отвечая на вопросы о своих интересах, увлечениях, друзьях, целях. 2. Беседа – «Что тебе нравится делать в свободное время?», «Кто твои друзья?», «Чем ты хочешь заниматься в будущем?», «Какие цели ты ставишь перед собой?». 3. Обсуждение – психолог подводит итоги анкетирования, выделяет сильные стороны и ресурсы подростка.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о себе?». Прощание.

Занятие № 3. Как я справляюсь

Цель: оценка психоэмоционального состояния подростка, самоощущения, копинг-стратегий.

Задачи:

- выявить способы совладания с трудностями;
- оценить эмоциональное состояние подростка;
- развивать осознание своих защитных механизмов.

Оборудование: два листа бумаги А4, простой карандаш, ластик.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Проективная методика «Человек под дождём» – подросток последовательно рисует два рисунка: сначала просто человека, затем – человека под дождём. 2. Обсуждение рисунков – «Что чувствует этот человек?», «Как он справляется с дождём?», «Есть ли у него защита?», «Что помогает ему?». 3. Беседа о способах совладания – «Как ты справляешься с трудностями?», «Что помогает тебе в сложных ситуациях?», «Кто или что является твоей опорой?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о своих способах справляться с трудностями?». Прощание.

Занятие № 4. Я сам и мои возможности

Цель: анализ уровня самооценки. Комплексное обследование познавательного развития. Определение наличия депрессивных состояний.

Задачи:

- провести методику «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн, мод. Прихожан);
- провести диагностику познавательного развития (память, внимание, мышление);
- выявить наличие депрессивных состояний (шкала Ковач).

Оборудование: бланк методики Дембо-Рубинштейн, диагностический альбом Семаго, бланк шкалы депрессивных состояний Ковач, ручка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на диагностическую работу.
Основная часть	1. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн, мод. Прихожан) – подросток отмечает на 7 шкалах уровень развития качеств сейчас («–») и желаемый уровень («×»). 2. Диагностический альбом Семаго – выполнение заданий на оценку памяти, внимания, мышления (в зависимости от уровня развития подростка). 3. Шкала депрессивных состояний Ковач – подросток выбирает одно утверждение из каждой триады, оценивая своё состояние за последние 2 недели. 4. Обсуждение – психолог объясняет результаты в доступной форме, отмечает сильные стороны.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о своих возможностях?». Прощание.

Занятие № 5. Моя мечта

Цель: формирование стойкой установки на будущее. Укрепление позитивного взгляда на свою дальнейшую жизнь. Развитие творческого воображения.

Задачи:

- создать условия для выражения своих желаний и целей;
- развивать творческое воображение через коллаж;
- укрепить позитивный взгляд на будущее.

Оборудование: лист бумаги А3 (или ватман), ножницы, клей, журналы для вырезания, фломастеры, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Вступительная беседа – «Что такое мечта?», «О чём ты мечтаешь?», «Как мечты помогают нам двигаться вперёд?». 2. Коллаж «Моя мечта» – подросток вырезает из журналов картинки, которые ассоциируются с его мечтами и целями, наклеивает их на основу. 3. Дорисовывание – при необходимости подросток дорисовывает недостающие элементы или делает надписи. 4. Обсуждение коллажа – «Что ты изобразил?», «Что для тебя самое важное?», «Что приближает тебя к мечте?», «Что может помешать?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты чувствовал, когда создавал свой коллаж?». Прощание.

Занятие № 6. Мои ресурсы

Цель: осознание и укрепление внутренних ресурсов личности. Повышение уверенности в себе.

Задачи:

- выявить и осознать свои сильные стороны;
- научиться опираться на них в трудных ситуациях;
- развивать навыки саморефлексии.

Оборудование: лист бумаги А4, ручка/карандаш, карточки с ресурсными образами (по желанию).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои сильные стороны» – подросток записывает не менее 10 своих положительных качеств, умений, достижений. 2. Беседа – «Какие из этих качеств помогают тебе в жизни?», «В каких ситуациях они особенно полезны?», «Как ты можешь использовать их в будущем?». 3. Работа с ресурсными образами – «Представь, что у тебя есть внутренняя опора. Что это может быть?», «Нарисуй или опиши свой ресурс». 4. Упражнение «Я справлюсь» – подросток проговаривает фразу «Я справлюсь, потому что…», завершая её осознанием своей силы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое качество ты считаешь своей главной опорой?». Прощание.

Занятие № 7. Я строю своё будущее

Цель: закрепление навыков целеполагания, развитие позитивного мышления.

Задачи:

- сформировать образ желаемого будущего;
- научиться ставить цели и планировать шаги для их достижения;
- укрепить веру в свои возможности.

Оборудование: лист бумаги А4, ручка/карандаш, музыка для визуализации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Моя жизнь через 5 лет» – подросток пишет/рисует, как он видит свою жизнь через 5 лет (образование, работа, отношения, увлечения). 2. Беседа – «Что тебе нужно сделать, чтобы это произошло?», «Какие шаги нужно предпринять уже сейчас?». 3. Планирование целей – подросток записывает 3–5 целей на ближайший год и конкретные действия для их достижения. 4. Ресурсная визуализация – под музыку подросток представляет себя успешным, достигшим своих целей, проживает это состояние.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что дала тебе эта визуализация?». Прощание.

Занятие № 8. Мои результаты

Цель: подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь.

Задачи:

- обсудить достижения и изменения;
- закрепить полученные навыки;
- получить обратную связь от подростка.

Оборудование: бланк анкеты обратной связи, коллаж «Моя мечта» (из занятия № 5).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговую работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Повторная диагностика (по необходимости) – краткая оценка динамики (например, повторное проведение методики «Самооценка»). 2. Беседа о достижениях – «Что изменилось в тебе за время занятий?», «Чему ты научился?», «Какие навыки пригодятся в будущем?». 3. Рефлексия «Что изменилось?» – возврат к коллажу «Моя мечта», обсуждение: «Осталась ли твоя мечта прежней?», «Что приблизило тебя к ней?». 4. Анкета обратной связи – заполнение анкеты, обсуждение пожеланий.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность за работу. Пожелания на будущее. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Мой выбор: профилактика девиантного поведения»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа по профилактике девиантного поведения разработана для обучающихся 5–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р, с изменениями на 2026 год);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха**, имеющим склонность к девиантному поведению или находящимся в группе риска.

Подростковый возраст характеризуется повышенной конфликтностью, поиском своего места в социуме, формированием идентичности, что в сочетании с нарушением слуха создаёт дополнительные риски возникновения девиантных форм поведения. Программа учитывает индивидуальные и возрастные особенности подростков, уровень развития речи и коммуникативных навыков.

Актуальность программы

Проблема профилактики отклоняющегося поведения на ранних этапах — одна из самых актуальных для педагогического сообщества. Ведь предотвратить проблему намного легче, чем ее решить. Важным моментом профилактики является согласованность действий всех участников образовательного процесса. Только при таком подходе можно надеяться, что цель профилактической работы будет достигнута.

Для реализации программы работы с трудным подростком по профилактике и коррекции девиантного поведения, с учетом индивидуально-психологических качеств обучающегося, необходимо создание благоприятной среды, способствующей сохранению здоровья, воспитанию и развитию личности ребёнка, направленного на развитие эмоционально-устойчивой деятельности, способной противостоять негативному влиянию социума, что в дальнейшем поможет ему успешно интегрироваться в социуме.

Цель программы

Коррекция девиантного поведения и предупреждение девиации у подростков с нарушениями слуха.

Задачи программы

- Развивать навыки открытого разговора о своих проблемах.
- Развивать способность к саморегуляции эмоционального состояния.
- Развивать способность к самоанализу и рефлексии.
- Развивать творческую активность учащихся.
- Формировать навыки социально приемлемого поведения.
- Повышать уровень ответственности за собственное поведение.

Планируемые результаты

- Прекращение проявлений девиантного поведения.
- Умение сдерживать свои эмоции в критических ситуациях.
- Использование изученных способов для снятия напряжения.
- Развитие навыков самоанализа и рефлексии.
- Повышение уровня социальной адаптации.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **7 занятий** (1 раз в 2 недели по 40 минут).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- диагностические методики (тест Люшера, методика «Оценка агрессивности»);
- беседы;
- арт-терапия (рисование);
- обсуждение проблемных ситуаций;
- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Анцупов, А. Я., Шипилов, А. И. Конфликтология : учебник для вузов / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. — Москва : Юнити, 2004. — 552 с.
2. Бэрон, Р., Ричардсон, Д. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. — Санкт-Петербург : Питер, 2001.
3. Золотова, Т. Н. Психология стресса / Т. Н. Золотова. — Москва : Книголюб, 2008. — 192 с.
4. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
5. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.
6. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
7. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
8. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с.
9. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
10. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
11. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Агрессивность	Методика «Оценка агрессивности»	Адаптированная методика	Оценка уровня агрессивности подростка
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности, стрессоустойчивости
Личностные особенности	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка поведенческих реакций, саморегуляции, коммуникативных навыков

Тематический план (7 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
1	Вводное занятие. Беседа об этике, культуре поведения	1	Первичная диагностика. Обучение открытому разговору о своих проблемах. Создание «Банка проблемных ситуаций».	Методика «Оценка агрессивности». Цветовой тест Люшера. Беседа о правилах поведения. Создание «Банка проблемных ситуаций».	Индивидуальная, групповая, диагностика, беседа
2	Беседа об ответственности за поведение	1	Обучение открытому разговору о проблемах. Обсуждение негативных последствий безответственного поведения.	Беседа. Обсуждение негативных последствий. Обсуждение чувств. Пополнение «Банка проблемных ситуаций».	Групповая, беседа, обсуждение
3	Беседа о контроле негативных эмоций	1	Обучение открытому разговору о проблемах. Актуализация положительного опыта. Повышение уверенности в себе.	Беседа. Обсуждение удачных и неудачных случаев контроля эмоций. Обсуждение чувств. Пополнение «Банка проблемных ситуаций».	Групповая, беседа, обсуждение
4	Беседа о социально приемлемых способах снятия гнева	1	Знакомство с социально приемлемыми способами выражения гнева. Обучение открытому разговору о проблемах.	Беседа. Обсуждение способов снятия негативных эмоций. Пополнение «Банка проблемных ситуаций».	Групповая, беседа, обсуждение
5	Рисование себя: каким тебя видят люди и какой ты есть	1	Снятие эмоционального напряжения методами арт-терапии. Повышение уверенности в себе.	Рисование двух автопортретов. Обсуждение чувств.	Групповая, арт-терапия, обсуждение
6	Рисование ситуаций и сценария их решения	1	Снятие эмоционального напряжения. Формирование навыков принятия правильного решения. Развитие критического мышления.	Рисование ситуаций из «Банка проблемных ситуаций». Обсуждение способов решения.	Групповая, арт-терапия, обсуждение
7	Рисование настроения, своих чувств. Завершение	1	Снятие эмоционального напряжения. Контрольная диагностика. Подведение итогов.	Рисование настроения. Обсуждение чувств. Повторная диагностика («Оценка агрессивности», тест Люшера).	Групповая, арт-терапия, диагностика, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Вводное занятие. Беседа об этике, культуре поведения

Цель: первичная диагностика. Обучение открытому разговору о своих проблемах. Создание «Банка проблемных ситуаций».

Задачи:

- провести первичную диагностику (тест Люшера, методика «Оценка агрессивности»);
- познакомить с правилами работы в группе;
- создать «Банк проблемных ситуаций»;
- обсудить понятия этики и культуры поведения.

Оборудование: бланки методик, цветные карандаши, доска/флипчарт, маркеры, коробка для «Банка проблемных ситуаций».

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Знакомство с участниками. Объяснение целей и задач программы. Адаптация речи с использованием жестов и наглядных опор.
Основная часть	1. Правила работы в группе – конфиденциальность, уважение, активное участие. 2. Цветовой тест Люшера – выбор цветов по степени привлекательности. 3. Методика «Оценка агрессивности» – заполнение анкеты. 4. Беседа об этике и культуре поведения – «Что такое хорошо и что такое плохо?». 5. Создание «Банка проблемных ситуаций» – участники записывают (или называют) проблемные ситуации, с которыми они сталкиваются, и складывают в общую коробку.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что ты ожидаешь от занятий?». Прощание.

Занятие № 2. Беседа об ответственности за поведение

Цель: обучение открытому разговору о проблемах. Обсуждение негативных последствий безответственного поведения.

Задачи:

- обсуждать негативные последствия безответственного поведения;
- развивать навыки самоанализа;
- пополнять «Банк проблемных ситуаций».

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, коробка для «Банка проблемных ситуаций».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа – «Что значит быть ответственным?». 2. Обсуждение негативных последствий – «Что происходило в твоей жизни, когда ты не брал на себя ответственность?». 3. Обсуждение чувств – «Что ты чувствовал в тех ситуациях?». 4. Пополнение «Банка проблемных ситуаций» – участники добавляют новые ситуации.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что нового ты узнал об ответственности?». Прощание.

Занятие № 3. Беседа о контроле негативных эмоций

Цель: обучение открытому разговору о проблемах. Актуализация положительного опыта. Повышение уверенности в себе.

Задачи:

- обсуждать удачные и неудачные случаи контроля эмоций;
- актуализировать положительный опыт;
- повышать уверенность в себе.

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, коробка для «Банка проблемных ситуаций».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа – «Какие негативные эмоции ты испытываешь чаще всего?». 2. Обсуждение удачных случаев – «Когда тебе удавалось контролировать свои эмоции?». 3. Обсуждение неудачных случаев – «Когда не удавалось?». 4. Обсуждение чувств – «Что ты чувствовал в этих ситуациях?». 5. Пополнение «Банка проблемных ситуаций».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что помогает тебе контролировать свои эмоции?». Прощание.

Занятие № 4. Беседа о социально приемлемых способах снятия гнева

Цель: знакомство с социально приемлемыми способами выражения гнева. Обучение открытому разговору о проблемах.

Задачи:

- познакомить с социально приемлемыми способами снятия гнева;
- обсуждать способы выражения негативных эмоций;
- пополнять «Банк проблемных ситуаций».

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, карточки со способами снятия гнева, коробка для «Банка проблемных ситуаций».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа – «Как ты выражаешь свой гнев?». 2. Знакомство с социально приемлемыми способами снятия гнева – дыхательные упражнения, физическая активность, рисование, разговор с доверенным лицом. 3. Обсуждение – «Какие способы подходят тебе?». 4. Пополнение «Банка проблемных ситуаций».
Заключительная часть	Рефлексия – «Какой способ снятия гнева ты попробуешь?». Прощание.

Занятие № 5. Рисование себя: каким тебя видят люди и какой ты есть

Цель: снятие эмоционального напряжения методами арт-терапии. Повышение уверенности в себе.

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение через рисование;
- развивать самопознание;
- повышать уверенность в себе.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Инструкция – «Нарисуй себя таким, каким тебя видят другие люди» (первый рисунок). 2. Инструкция – «Нарисуй себя таким, какой ты есть на

Этап	Содержание
	самом деле» (второй рисунок). 3. Обсуждение рисунков – «Чем отличаются рисунки?», «Что ты чувствовал при рисовании?», «Какой рисунок тебе больше нравится?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что ты узнал о себе?». Прощание.

Занятие № 6. Рисование ситуаций и сценария их решения

Цель: снятие эмоционального напряжения. Формирование навыков принятия правильного решения. Развитие критического мышления.

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение через рисование;
- формировать навыки принятия правильного решения;
- развивать критическое мышление.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, коробка с «Банком проблемных ситуаций».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Выбор ситуации из «Банка проблемных ситуаций» – участники по очереди вытягивают ситуацию. 2. Рисование ситуации – участник рисует выбранную ситуацию. 3. Обсуждение способов решения – «Как можно решить эту ситуацию?», «Какие есть варианты?». 4. Рисование сценария решения – участник рисует, как можно конструктивно решить ситуацию. 5. Обсуждение чувств – «Что ты чувствовал при рисовании конфликта и при рисовании решения?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Какой способ решения тебе показался лучшим?». Прощание.

Занятие № 7. Рисование настроения, своих чувств. Завершение

Цель: снятие эмоционального напряжения. Контрольная диагностика. Подведение итогов.

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение через рисование;

- провести контрольную диагностику;
- подвести итоги программы.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, бланки диагностических методик.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование настроения – «Нарисуй своё настроение на сегодня». 2. Обсуждение рисунка – «Что ты нарисовал?», «Какое у тебя настроение?». 3. Повторная диагностика – цветовой тест Люшера, методика «Оценка агрессивности». 4. Подведение итогов – «Что тебе запомнилось на занятиях?», «Чему ты научился?», «Что изменилось в твоём поведении?». 5. Вручение сертификатов / дипломов (по желанию).
Заключительная часть	Рефлексия – «Что было самым полезным для тебя?». Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Дружный класс: сплочение и развитие эмпатии»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий I классов (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха**.

Для полноценного психического развития ребенка огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. Большую часть времени ребенок проводит в школе,

в классе, а значит, становление его личности будет непосредственно происходить в межличностных отношениях с одноклассниками. 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.

В каждом классе существуют нигде официально не зарегистрированные системы личностных взаимоотношений между учащимися. Эти отношения характеризуются, прежде всего, избирательностью. Ученики дифференцированно относятся к своим одноклассникам. Именно умение общаться дает ребенку возможность выстраивать желаемые взаимоотношения и избегать конфликтных ситуаций.

Под умением общаться понимается не только наличие языковых навыков как средства общения, но и сформированность умения продуктивного взаимодействия, наличия развитых коммуникативных умений и навыков. В процессе общения ребенок получает ответы на вопросы, узнает новую информацию, принимает социальный опыт, учится подчиняться правилам, изучает и усваивает социальные нормы, реализует свои планы и желания.

Актуальность программы

Успешное развитие межличностного общения в рамках программы идет параллельно развитию взаимопонимания между участниками общения. 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.

Научить ребенка общаться — значит научить понимать и познавать другого человека, а через него и самого себя.

Дети с нарушениями слуха имеют особенности в развитии межличностных отношений, связанные с ограниченными возможностями вербальной коммуникации. Программа направлена на формирование у обучающихся навыков эффективного взаимодействия, развитие эмпатии и создание благоприятного психологического климата в классе.

Цель программы

Познакомить учащихся с правилами и приемами эффективного взаимодействия и научить применять их на практике; сплочение классного коллектива, развитие эмпатии и регуляция психологического климата в образовательной среде.

Задачи программы

- Развивать навыки общения и сотрудничества.
- Развивать способность осознавать и выражать свои чувства.
- Повышать уровень самооценки учащихся.
- Повышать положительный эмоциональный уровень класса.
- Развивать способность к самоанализу и рефлексии.
- Развивать творческую активность учащихся.
- Способствовать сплочению классного коллектива.

Планируемые результаты

- Овладение учащимися умениями и навыками эффективного взаимодействия.
- Улучшение социально-психологического климата класса.
- Повышение социального статуса отдельных учащихся.
- Развитие эмпатии и навыков сотрудничества.
- Повышение уровня самооценки учащихся.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (групповые занятия, 1 раз в неделю по 30–45 минут).

- **Занятие 1** — диагностический блок.
- **Занятия 2–19** — коррекционно-развивающий блок (18 занятий).
- **Занятие 20** — итоговое занятие.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (тест Уилсона «Дерево с человечками», социометрия);
- психогимнастика;
- ролевые игры;
- дискуссии;
- эмоционально-гимнастические методы;
- релаксационные методы;
- когнитивные методы;
- арт-терапия (рисование, коллаж);
- упражнения на сплочение коллектива.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса и воспитателями.

Актуализированный список литературы

1. Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе / М. Р. Битянова. — Москва : Генезис, 2001.
2. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
3. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
4. Коломинский, Я. Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я. Л. Коломинский. — Минск, 1976.
5. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.

7. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе / В. В. Овчарова. — Москва : Сфера, 1998.
8. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
9. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
10. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
11. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Эмоциональное состояние	Тест Уилсона «Дерево с человечками»	Адаптированная методика	Выявление эмоционального состояния детей, их отношения к себе и окружающим
Межличностные отношения	Социометрия (адаптированная для младших школьников)	Дж. Морено (модификация)	Изучение структуры межличностных отношений в классе, выявление статуса учащихся
Самооценка	Методика Дембо-Рубинштейн (модификация)	А.М. Прихожан	Оценка уровня самооценки по различным шкалам

Тематический план (20 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятие 1)					
1	Диагностика	1	Выявить эмоциональное состояние детей в период учебы.	Тест Уилсона «Дерево с человечками».	Групповая, диагностическая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 2–19)					
Раздел 1. Знакомство и настрой (занятия 2–3)					
2	Знакомство	1	Познакомить участников между собой. Создать атмосферу сотрудничества. Установить принципы работы. Повышение самооценки.	«Правила работы». «Ласковое имя». «Мое настроение». «Атомы и молекулы». «Комплименты». Рисунок «Это Я».	Групповая, игровая, рисование
3	Мое настроение	1	Повышение эмоционального фона. Повышение самооценки. Сплочение коллектива.	«Я дома, в школе, с друзьями». «На что похоже мое настроение». Рисуночный тест «Узнай о себе все». «Молекулы». «Мои эмоции». «Тренируем эмоции». «Рисуем настроение».	Групповая, игровая, арт-терапия
Раздел 2. Я и мой внутренний мир (занятия 4–7)					
4	Кто Я? Какой	1	Повышение самооценки.	«Кто Я?». «Какой Я?».	Групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	Я?		Развитие рефлексии, взаимопонимания.	Рисунок «Какой я сейчас». «Мое имя». Рисунок «Я в виде растений». «Герб».	рисование, беседа
5	Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье	1	Определить понятия положительных эмоций. Способствовать рефлексии эмоциональных состояний.	«Радость — это...». «Моя ладошка». «Мои желания». «Мои счастливые моменты». Рисунок «Счастье». «Моя звезда». «Волшебная страна чувств».	Групповая, арт-терапия, беседа
6	Грусть. Обида	1	Способствовать рефлексии эмоциональных состояний. Определить понятия отрицательных эмоций.	«Если я камушек». Рисунок «Дом. Дерево. Человек». «Я внутри и снаружи». Рисунок «Я обиделся». Рисунок «Мне грустно». «Мои колючки». «Имена чувств».	Групповая, арт-терапия, беседа
7	Страх	1	Определить понятия «страх», «тревога». Помочь в преодолении страхов.	Тест «Страхи в домиках». «Несуществующее животное». Рисунок «Мой страх». «Способы преодоления страха». Коллективный рисунок «Я ничего не боюсь».	Групповая, арт-терапия, беседа
Раздел 3. Я и другие (занятия 8–11)					
8	Я и мир вокруг меня	1	Развитие социально-коммуникативных навыков. Повышение самооценки. Сплочение	«Я и мой мир». «20 желаний». «Пожелание». «Сад цветов». Коллаж «Формула успеха».	Групповая, арт-терапия, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			класса.		
9	Я и мои друзья. Правила дружбы	1	Развитие коммуникативных навыков. Помочь осознать качества настоящего друга. Сплочение коллектива.	«Солнце, тучка, дождик». «Кто такой настоящий друг?». Игра «Мы — команда». Социометрия. «Измерим друг друга». «Телеграмма». «Выбираем друзей». Рисунок «Школа зверей».	Групповая, игровая, рисование, диагностика
10	Я и моя школа	1	Помочь осознать особенности позиции ученика. Повышение самооценки. Сплочение коллектива.	«Школа — это...». Рисунок «Школа на планете Наоборот». Методика «Мотивация учения».	Групповая, рисование, беседа, диагностика
11	Я и моя семья	1	Определить эмоциональное состояние по рисунку семьи. Изучить взаимоотношения «родитель-ребенок».	Рисунок «Моя семья в виде растений». Игра «Фруктовый салат». Рисуночный тест «Выходной день в моей семье».	Групповая, рисование, беседа
Раздел 4. Мои способности и внутренний мир (занятия 12–15)					
12	Мои способности	1	Развитие внимания, памяти, мышления, речи. Сплочение коллектива.	«Корректурная проба». Методика Мюнстерберга. «Исключение понятий». «Выделение существенных признаков». Игра «Цветок, дерево, фрукт». «Исключение лишнего».	Групповая, диагностическая, игровая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
13	Мой внутренний мир	1	Развитие воображения, фантазии. Сплочение коллектива. Повышение самооценки.	«Мой рисунок — это чудо». «Если я камушек». Игра «Скрепка». «Моя вселенная». «Точки».	Групповая, игровая, арт-терапия
14	Дружба девочек и мальчиков	1	Формирование нравственных качеств. Сплочение коллектива.	«Я — девочка». «Я — мальчик». «Мои проблемы». Почта доверия. «Письмо». Коллаж «Дружба».	Групповая, арт-терапия, беседа
15	Я — уникальная и неповторимая личность	1	Учить внимательно относиться к себе и другим. Повышение самооценки.	«Мое имя». «Мои пожелания». «Солнышко». Методика «Дерево». Тест на самооценку (Дембо-Рубинштейн).	Групповая, рисование, диагностика, беседа
Раздел 5. Сплочение и итоги (занятия 16–20)					
16	Мы — дружный класс	1	Сплочение коллектива. Научить общаться при помощи жестов и мимики.	«Цвет моего настроения». Игра «Деление на команды». «Снежки». «Выстраивание». «Вавилонская башня». «Мое впечатление». Игра «Покажи и объясни».	Групповая, игровая, психогимнастика
17	Познай самого себя и других	1	Научить определять достоинства и недостатки себя и других. Закрепить знания о качествах характера.	Шуточный тест «Нарисуй свой характер». Тест «Какие у тебя друзья?». «Лесенка». «Мои качества». Рисунок «Какой я сейчас». Рисунок «Я и мой мир». Игра «Я и ты».	Групповая, рисование, диагностика, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
18	Мои ценности	1	Научить находить в себе положительные стороны. Учить идти на компромисс. Повышение самооценки.	«Мои ценности». «Мои качества». «Я хочу, я могу, я умею». Игра «Волшебный магазин». Рисунок «Самое главное».	Групповая, игровая, арт-терапия, беседа
19	Мое настоящее и будущее	1	Изучить интересы детей. Провести беседу и анализ.	Коллаж «Мое будущее. Моя цель в жизни». Игра «Я сейчас и я потом».	Групповая, арт-терапия, беседа
20	Итоговое занятие «Всем спасибо»	1	Повышение эмоционального фона. Развитие эмпатии. Сплочение коллектива. Рефлексия.	«Мои пожелания классу». «Пожелания учителю». «Пожелания психологу». «Хочу сказать спасибо!». Рисунок «Я и класс».	Групповая, рисование, беседа, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика

Цель: выявить эмоциональное состояние детей в период учебы.

Задачи:

- провести тест Уилсона «Дерево с человечками»;
- оценить эмоциональное состояние каждого ребёнка;
- выявить детей, нуждающихся в особом внимании.

Оборудование: бланки теста «Дерево с человечками», цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение целей диагностики. Адаптация речи с использованием жестов и наглядных опор.
Основная часть	Тест Уилсона «Дерево с человечками» – каждый ребёнок получает бланк с изображением дерева и человечков. Инструкция: «Найди на этом дереве человечка, который похож на тебя, и раскрась его». Затем: «Найди человечка, с которым тебе хотелось бы дружить, и раскрась его другим цветом».
Заключительная часть	Сбор бланков. Благодарность за работу. Прощание.

Занятие № 2. Знакомство

Цель: познакомить участников между собой. Создать атмосферу сотрудничества. Установить принципы работы. Повышение самооценки.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы на занятиях;
- создать доверительную атмосферу.

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, бумага, карандаши, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, кратко рассказывает о целях занятий.
Основная часть	1. Упражнение «Правила работы на занятиях» – участники вместе с психологом формулируют правила работы в группе (говорить по очереди, не перебивать, уважать мнение других, быть активным).

Этап	Содержание
	2. Упражнение «Ласковое имя» – участники по кругу называют своё имя и ласковое производное от него (например, «Я — Мария, меня можно называть Машенька»). 3. Упражнение «Мое настроение» – каждый участник показывает своё настроение с помощью мимики и жестов. 4. Игра «Атомы и молекулы» – участники двигаются по комнате, по команде «молекулы по 2» объединяются в пары и т.д. (сплочение). 5. Упражнение «Комплименты» – участники по кругу говорят друг другу добрые слова. 6. Рисунок «Это Я» – дети рисуют себя, затем рассказывают о рисунке.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось?». Прощание.

Занятие № 3. Мое настроение

Цель: повышение эмоционального фона. Повышение самооценки. Сплочение коллектива.

Задачи:

- определить понятие «эмоции»;
- научить осознавать свои эмоциональные состояния;
- сплотить классный коллектив.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, мяч, карточки с названиями эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Я дома, в школе, с друзьями» – дети показывают жестами, какое у них настроение в разных ситуациях. 2. Упражнение «На что похоже мое настроение» – каждый ребёнок описывает своё настроение через образ (например, «Моё настроение похоже на солнышко»). 3. Рисуночный тест «Узнай о себе все» – дети рисуют своё настроение. 4. Игра «Молекулы» – дети двигаются по комнате, по команде объединяются в группы (2, 3, 4 человека). 5. Упражнение «Мои эмоции» – дети называют эмоции, которые они знают. 6. Упражнение «Тренируем эмоции» – дети показывают разные эмоции (радость, грусть, удивление). 7. Упражнение «Рисуем настроение» – дети рисуют своё

Этап	Содержание
	настроение цветными карандашами.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое настроение у тебя сейчас?». Прощание.

Занятие № 4. Кто Я? Какой Я?

Цель: повышение самооценки. Развитие рефлексии, взаимопонимания.

Задачи:

- развивать рефлексию;
- повышать самооценку;
- развивать доброжелательное отношение к себе и другим.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Кто Я?» – дети по очереди называют, кто они (ученик, сын/дочь, друг и т.д.). 2. Упражнение «Какой Я?» – дети называют свои качества (добрый, весёлый, умный). 3. Рисунок «Какой я сейчас» – дети рисуют себя в данный момент. 4. Упражнение «Мое имя» – дети рассказывают, что они знают о своём имени. 5. Рисунок «Я в виде растений» – дети рисуют себя в виде растения (цветок, дерево). 6. Упражнение «Герб» – дети придумывают и рисуют свой герб.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о себе сегодня?». Прощание.

Занятие № 5. Радость. Удовольствие. Интерес. Счастье

Цель: определить понятия положительных эмоций. Способствовать рефлексии эмоциональных состояний.

Задачи:

- определить понятия положительных эмоций;
- способствовать адекватному самовыражению;
- подчеркнуть ответственность человека за свои чувства.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Радость — это...» – дети продолжают фразу «Радость — это...». 2. Упражнение «Моя ладошка» – дети обводят свою ладонь и пишут на пальчиках то, что приносит им радость. 3. Упражнение «Мои желания» – дети говорят о своих желаниях. 4. Упражнение «Мои счастливые моменты» – дети рассказывают о счастливых моментах в жизни. 5. Рисунок «Счастье» – дети рисуют своё представление о счастье. 6. Упражнение «Моя звезда» – дети рисуют звезду и пишут на ней свои положительные качества. 7. Методика «Волшебная страна чувств» – дети представляют страну, где живут положительные эмоции.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что приносит тебе радость?». Прощание.

Занятие № 6. Грусть. Обида

Цель: способствовать рефлексии эмоциональных состояний. Определить понятия отрицательных эмоций.

Задачи:

- определить понятия отрицательных эмоций;
- научить отличать отрицательные эмоции от положительных;
- способствовать рефлексии.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Если я камушек» – дети представляют себя камушком и описывают свои ощущения. 2. Рисунок «Дом. Дерево. Человек» – рисуночный тест. 3. Упражнение «Я внутри и снаружи» – дети рисуют, что они чувствуют внутри и как это выглядит снаружи. 4. Рисунок «Я обиделся» – дети рисуют свою обиду.

Этап	Содержание
	5. Рисунок «Мне грустно» – дети рисуют свою грусть. 6. Упражнение «Мои колючки» – дети рисуют, что их «колет» (обижает). 7. Упражнение «Имена чувств» – дети называют чувства, которые они испытывают.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что делать, когда грустно?». Прощание.

Занятие № 7. Страх

Цель: определить понятия «страх», «тревога». Помочь в преодолении страхов.

Задачи:

- определить понятия «страх», «тревога», «одиночество»;
- помочь в преодолении страхов;
- помочь детям обрести уверенность в себе.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с эмоциями, тест «Страхи в домиках».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Тест «Страхи в домиках» – дети расселяют страхи в красный и чёрный домики. 2. Упражнение «Несуществующее животное» – дети рисуют несуществующее животное. 3. Рисунок «Мой страх» – дети рисуют свой страх. 4. Упражнение «Способы преодоления страха» – дети обсуждают, как можно справиться со страхом. 5. Коллективный рисунок «Я ничего не боюсь» – дети вместе рисуют на одном листе, создавая общую картину бесстрашия.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе победить страх?». Прощание.

Занятие № 8. Я и мир вокруг меня

Цель: развитие социально-коммуникативных навыков. Повышение самооценки. Сплочение класса.

Задачи:

- развивать социально-коммуникативные навыки;

- повышать самооценку;
- сплотить класс.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, журналы для коллажа, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Я и мой мир» – дети рассказывают, что их окружает. 2. Упражнение «20 желаний» – дети записывают (или называют) 20 своих желаний. 3. Упражнение «Пожелание» – дети по кругу говорят друг другу пожелания. 4. Упражнение «Сад цветов» – дети представляют себя цветами в общем саду. 5. Коллаж «Формула успеха» – дети создают общий коллаж на тему успеха.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нужно для успеха?». Прощание.

Занятие № 9. Я и мои друзья. Правила дружбы

Цель: развитие коммуникативных навыков. Помочь осознать качества настоящего друга. Сплочение коллектива.

Задачи:

- развивать коммуникативные навыки;
- помочь осознать качества настоящего друга;
- сплотить коллектив.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки для социометрии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Солнце, тучка, дождик» – дети показывают жестами своё настроение. 2. Упражнение «Кто такой настоящий друг?» – дети обсуждают качества настоящего друга. 3. Игра «Мы — команда» – дети выполняют задания в команде. 4. Социометрия – дети выбирают, с кем хотели бы сидеть за партой, играть.

Этап	Содержание
	5. Упражнение «Измерим друг друга» – дети говорят комплименты друг другу. 6. Упражнение «Телеграмма» – дети пишут короткие послания друг другу. 7. Упражнение «Выбираем друзей» – дети выбирают друзей и объясняют почему. 8. Рисунок «Школа зверей» – дети рисуют школу зверей, где все дружат.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие качества важны для дружбы?». Прощание.

Занятие № 10. Я и моя школа

Цель: помочь осознать особенности позиции ученика. Повышение самооценки. Сплочение коллектива.

Задачи:

- помочь осознать особенности позиции ученика;
- повышать самооценку;
- сплотить коллектив.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки для методики «Мотивация учения».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Школа — это...» – дети продолжают фразу «Школа — это...». 2. Рисунок «Школа на планете Наоборот» – дети рисуют школу, где всё наоборот. 3. Методика «Мотивация учения» – дети отвечают на вопросы о мотивации.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нравится в школе?». Прощание.

Занятие № 11. Я и моя семья

Цель: определить эмоциональное состояние по рисунку семьи. Изучить взаимоотношения «родитель-ребенок».

Задачи:

- определить эмоциональное состояние по рисунку;
- изучить взаимоотношения в семье;

- выявить уровень самооценки.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Рисунок «Моя семья в виде растений» – дети рисуют членов семьи в виде растений. 2. Игра «Фруктовый салат» – дети представляют свою семью в виде фруктового салата. 3. Рисуночный тест «Выходной день в моей семье» – дети рисуют, как они проводят выходной с семьёй.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нравится в твоей семье?». Прощание.

Занятие № 12. Мои способности

Цель: развитие внимания, памяти, мышления, речи. Сплочение коллектива.

Задачи:

- развивать внимание, память, мышление;
- развивать речь;
- сплотить коллектив.

Оборудование: бланки с заданиями, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Корректурная проба» – дети вычёркивают заданную фигуру. 2. Методика Мюнстерберга – дети находят слова среди букв. 3. «Исключение понятий» – дети находят лишнее слово. 4. «Выделение существенных признаков» – дети выбирают главное. 5. Игра «Цветок, дерево, фрукт» – дети классифицируют предметы. 6. «Исключение лишнего» – дети находят лишнюю картинку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое задание тебе понравилось?». Прощание.

Занятие № 13. Мой внутренний мир

Цель: развитие воображения, фантазии. Сплочение коллектива. Повышение самооценки.

Задачи:

- развивать воображение;
- повышать самооценку;
- сплотить коллектив.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, скрепки.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мой рисунок — это чудо» – дети рисуют чудо. 2. Упражнение «Если я камушек» – дети описывают себя как камушек. 3. Игра «Скрепка» – дети передают скрепку и говорят о себе. 4. Упражнение «Моя вселенная» – дети рисуют свою вселенную. 5. Упражнение «Точки» – дети соединяют точки и получают рисунок.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты узнал о своём внутреннем мире?». Прощание.

Занятие № 14. Дружба девочек и мальчиков

Цель: формирование нравственных качеств. Сплочение коллектива.

Задачи:

- формировать нравственные качества;
- определить, что такое дружба девочек и мальчиков;
- сплотить коллектив.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Я — девочка» – девочки рассказывают о себе. 2. Упражнение «Я — мальчик» – мальчики

Этап	Содержание
	рассказывают о себе. 3. Упражнение «Мои проблемы» – дети обсуждают свои проблемы в общении. 4. Почта доверия – дети пишут анонимные вопросы о дружбе. 5. Упражнение «Письмо» – дети пишут письмо другу. 6. Коллаж «Дружба» – дети создают общий коллаж о дружбе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что важно в дружбе девочек и мальчиков?». Прощание.

Занятие № 15. Я — уникальная и неповторимая личность

Цель: учить внимательно относиться к себе и другим. Повышение самооценки.

Задачи:

- учить уважать и принимать себя;
- повышать самооценку;
- учить находить в других положительные качества.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, бланки для самооценки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мое имя» – дети рассказывают о значении своего имени. 2. Упражнение «Мои пожелания» – дети пишут пожелания психологу, учителю, одноклассникам, родителям. 3. Упражнение «Солнышко» – дети пишут на лучах солнца свои положительные качества. 4. Методика «Дерево» – дети оценивают себя на дереве. 5. Тест на самооценку (Дембо-Рубинштейн) – дети оценивают себя по шкалам.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что делает тебя уникальным?». Прощание.

Занятие № 16. Мы — дружный класс

Цель: сплочение коллектива. Научить общаться при помощи жестов и мимики.

Задачи:

- сплотить коллектив;
- научить общаться невербально;
- развивать навыки координации совместных действий.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, мяч.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Цвет моего настроения» – дети показывают своё настроение цветом. 2. Игра «Деление на команды» – дети делятся на команды. 3. Упражнение «Снежки» – дети сминают бумагу и кидают друг в друга (снятие напряжения). 4. Упражнение «Выстраивание» – дети выстраиваются по росту, по цвету волос (без слов). 5. Упражнение «Вавилонская башня» – дети строят башню из кубиков в команде. 6. Упражнение «Мое впечатление» – дети делятся впечатлениями. 7. Игра «Покажи и объясни» – дети показывают предмет без слов.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в командной работе?». Прощание.

Занятие № 17. Познай самого себя и других

Цель: научить определять достоинства и недостатки себя и других. Закрепить знания о качествах характера.

Задачи:

- научить определять достоинства и недостатки;
- развивать интерес к себе;
- закреплять знания о качествах характера.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, бланки для тестов.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Шуточный тест «Нарисуй свой характер» – дети рисуют свой характер. 2. Тест «Какие у тебя друзья?» – дети отвечают на

Этап	Содержание
	вопросы. 3. Упражнение «Лесенка» – дети оценивают себя на лесенке. 4. Упражнение «Мои качества» – дети записывают свои качества. 5. Рисунок «Какой я сейчас» – дети рисуют себя. 6. Рисунок «Я и мой мир» – дети рисуют свой мир. 7. Игра «Я и ты» – дети говорят друг о друге.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о себе?». Прощание.

Занятие № 18. Мои ценности

Цель: научить находить в себе положительные стороны. Учить идти на компромисс. Повышение самооценки.

Задачи:

- научить находить положительные стороны;
- учить идти на компромисс;
- повышать самооценку.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои ценности» – дети записывают свои ценности. 2. Упражнение «Мои качества» – дети записывают свои положительные качества. 3. Упражнение «Я хочу, я могу, я умею» – дети рассказывают, что хотят, могут и умеют. 4. Игра «Волшебный магазин» – дети выбирают качества, которые хотят купить. 5. Рисунок «Самое главное» – дети рисуют самое главное для них.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие твои ценности самые важные?». Прощание.

Занятие № 19. Мое настоящее и будущее

Цель: изучить интересы детей. Провести беседу и анализ.

Задачи:

- изучить интересы детей;
- помочь детям задуматься о будущем;
- развивать творческие способности.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, журналы для коллажа, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Коллаж «Мое будущее. Моя цель в жизни» – дети создают коллаж о своём будущем. 2. Игра «Я сейчас и я потом» – дети рассказывают, какие они сейчас и какими хотят стать.
Заключительная часть	Рефлексия: «Кем ты хочешь стать в будущем?». Прощание.

Занятие № 20. Итоговое занятие «Всем спасибо»

Цель: повышение эмоционального фона. Развитие эмпатии. Сплочение коллектива. Рефлексия.

Задачи:

- повысить эмоциональный фон;
- развивать эмпатию;
- сплотить коллектив;
- развивать рефлексию.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки для пожеланий.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои пожелания классу» – дети пишут пожелания классу. 2. «Пожелания учителю» – дети пишут пожелания учителю. 3. «Пожелания психологу» – дети пишут пожелания психологу. 4. «Хочу сказать спасибо!» – дети говорят спасибо друг другу, учителю, психологу. 5. Рисунок «Я и класс» – дети рисуют себя в классе.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось на занятиях?». Подведение итогов программы. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ С(К)ШИ № 37

_____Зайцева И.А.

«____» _____2026г.

ПРОГРАММА

групповых коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Бесконфликтная среда»

Разработана: Капитанова В.Я., Головко А.А.

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа по формированию базовых умений, необходимых для организации бесконфликтного пространства в образовательной среде, разработана для обучающихся 5-9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р, с изменениями на 2026 год);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся.

Актуальность программы

В современной образовательной среде доминируют гуманистические ценности, которые предполагают большую самостоятельность и ответственность детей в рамках педагогического процесса. Современное образовательное пространство школы имеет потенциально конфликтную среду, поскольку обучаются дети разных возрастов, взрослые (учителя и родители) из разных культур, социальных слоёв, национальностей. К этому можно добавить максимализм подросткового возраста и борьбу ребят за свой статус.

Важным для многих подростков является общение, способность влиять на других, принадлежность к определённой группе в классе, использование разных социальных ролей. Нарушение слуха является ещё одним конфликтогенным фактором: из-за специфики восприятия действительности подростки с нарушением слуха воспринимают информацию иначе и склонны проявлять защитные реакции, которые являются первоисточником конфликтов и разногласий как в пространстве школы, так и вне его.

Актуальность программы обусловлена:

1. Ростом социального расслоения населения, что существенно затрудняет реализацию принципа «равных возможностей» развития личности в социальном контексте (усиливает общую социальную конфликтность и конкурентность);
2. Усилением миграционных процессов (которые провоцируют межэтнические и межконфессиональные проблемы);
3. Стабильно высоким уровнем асоциальных проявлений в детской среде (наркомания, алкоголизм, безнадзорность и беспризорность, детская и подростковая девиантность и делинквентность);
4. Ослаблением роли семьи как института социализации личности (утрата родительского контроля над поведением и действиями детей).

Программа содержит 7 тематических направлений, что даёт возможность большинству обучающихся участвовать в создании и развитии в образовательном учреждении восстановительного способа реагирования на конфликты.

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха**. Подростковый возраст характеризуется повышенной конфликтностью, поиском своего места в социуме, формированием идентичности, что в сочетании с нарушением слуха создаёт дополнительные риски возникновения конфликтных ситуаций. Программа учитывает индивидуальные и возрастные особенности подростков, уровень развития речи и коммуникативных навыков.

Цель программы

Формирование базовых умений, необходимых для организации бесконфликтного пространства в образовательной среде, развитие навыков конструктивной коммуникации и разрешения конфликтов у подростков с нарушениями слуха.

Задачи программы

- Расширить представления о конфликте, его природе, видах и этапах развития.
- Развить навыки конструктивной коммуникации (вербальной и невербальной) с учётом особенностей восприятия информации при нарушении слуха.
- Сформировать позитивное отношение подростка к самому себе и окружающему миру.
- Расширить круг видения проблемы за счёт мнения других.
- Развить способности к адекватной оценке ситуации и умению находить конструктивные пути выхода из неё.
- Развить уважительное отношение к различным мнениям и адекватной оценке поведения людей и событий.
- Повысить адаптивность обучающихся, исходя из их социального опыта, возможностей и психического состояния.

- Развить коммуникативные, интерактивные и перцептивные стороны общения с целью предупреждения коммуникативных барьеров.
- Помочь обучающимся осознать ценность и уникальность собственного «Я».
- Помочь в осознании ответственности за собственную судьбу.
- Оказать помощь для улучшения межличностных отношений.
- Способствовать развитию уверенности в собственных силах, умений разработать свою стратегию жизни.

Планируемые результаты

- Расширение представления о конфликте.
- Развитие навыков конструктивной коммуникации.
- Сформированность позитивных отношений подростка к самому себе и окружающему миру.
- Расширение круга видения проблемы за счёт мнения других.
- Развитие способности к адекватной оценке ситуации и умению находить конструктивные пути выхода из неё.
- Развитие уважительного отношения к различным мнениям и адекватной оценке поведения людей и событий.
- Повышение адаптивности обучающихся, исходя из их социального опыта, возможностей и психического состояния.
- Развитие коммуникативной, интерактивной и перцептивной стороны общения с целью предупреждения коммуникативных барьеров.
- Осознание ценности и уникальности собственного «Я».
- Осознание ответственности за собственную судьбу.
- Улучшение межличностных отношений.
- Развитие уверенности в собственных силах, умений разработать свою стратегию жизни.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год**. Общая продолжительность — **8 занятий** (1 раз в месяц по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2 — диагностический блок** (анкетирование, знакомство, вводная диагностика).
- **Занятия 3–8 — коррекционно-развивающий блок** (6 занятий по тематическим разделам).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- анкетирование;
- лекции с элементами тренинга;
- дискуссии;
- киноклуб (просмотр и обсуждение фильмов/мультфильмов);
- коммуникативные игры и упражнения;
- тренинги общения;
- моделирование и анализ ситуаций;
- ролевые игры;
- кейс-технологии.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Анцупов, А. Я., Шипилов, А. И. Конфликтология : учебник для вузов / А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. — Москва : Юнити, 2004. — 552 с.
2. Богданов, И. В. Психология и педагогика [Электронный ресурс] / И. В. Богданов. — Режим доступа: http://www.gumer.ru
3. Гришина, Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. — Санкт-Петербург : Питер, 2008.
4. Емельянов, С. М. Практикум по конфликтологии / С. М. Емельянов. — Санкт-Петербург : Питер, 2004.
5. Зеркин, Д. П. Основы конфликтологии / Д. П. Зеркин. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. — 266 с.
6. Кибанов, А. Я. Конфликтология / А. Я. Кибанов. — Москва : Инфра-М, 2007. — 302 с.
7. Коблик, Е. Г. Повышение социальной компетентности детей и подростков: Фильмотека / Е. Г. Коблик. — Москва : Генезис, 2006.
8. Корнелиус, Х., Фэйр, Ш. Выиграть может каждый / Х. Корнелиус, Ш. Фэйр. — Москва : Интерэксперт, 1992.
9. Леонов, Н. И. Конфликтология : хрестоматия / сост. Н. И. Леонов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2011. — 568 с.
10. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
11. Максименко, С. Л. Общая психология / С. Л. Максименко. — Москва : Рефл-бук, 2004. — 528 с.
12. Меняев, А. Конфликты в обучении и воспитании / А. Меняев // Прикладная психология и психоанализ. — 2000. — № 3.
13. Нижегородцева, Н. В. Педагогическая конфликтология как область конфликтологических исследований / Н. В. Нижегородцева // Конфликтология : хрестоматия / сост. Н. И. Леонов. — 4-е изд. — Москва : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2011.
14. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
15. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
16. Рыбакова, М. М. Конфликт и взаимодействие в педагогическом процессе / М. М. Рыбакова. — Москва : Просвещение, 1991.
17. Сластенин, В. А. Психология и педагогика / В. А. Сластенин. — Москва : Академия, 2007. — 487 с.
18. Темина, С. Ю. Конфликты школы или школа конфликтов. Введение в конфликтологию образования / С. Ю. Темина. — Воронеж, 2002.
19. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.

20. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Конфликтность	Анкета «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации»	Адаптированный вариант	Выявление уровня конфликтности подростка, частоты и причин возникновения конфликтов, инициатора и способов разрешения
Стрессоустойчивость	Анкета «Я и стресс»	Адаптированный вариант	Выявление уровня стрессоустойчивости, преобладающих реакций на стрессовые ситуации
Коммуникативные навыки	Диагностика коммуникативных способностей (опросник)	В.В. Бойко (адаптация для детей с нарушением слуха)	Оценка уровня развития коммуникативных способностей, выявление коммуникативных барьеров
Стиль поведения в конфликте	Тест Томаса-Килманна (адаптированный вариант с наглядными опорами)	К. Томас, Р. Килманн (адаптация для детей с нарушением слуха)	Определение доминирующего стиля поведения в конфликтной ситуации (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление)
Социальная адаптация	Наблюдение + беседа с педагогами и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка успешности социальной адаптации подростка в образовательной среде
Эмоциональная сфера	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности, комфорта/дискомфорта
Самооценка	Методика Дембо-Рубинштейн (модифицированный вариант)	Классическая методика (адаптация)	Оценка уровня самооценки и уровня притязаний по различным шкалам

Тематический план (9 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Выявление уровня стрессоустойчивости, конфликтности. Знакомство участников, создание доверительной атмосферы.	Анкета «Я и стресс». Знакомство через упражнения. Коммуникативные игры на сплочение.	Индивидуальная, групповая, анкетирование, игровая
2	Диагностика стилей поведения	1	Определение стиля поведения в конфликте, завершение диагностического этапа.	Тест Томаса-Килманна (адаптированный). Анкета «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации». Обсуждение целей программы.	Индивидуальная, групповая, анкетирование, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–9)					
3	Бесконфликтное общение: цели и задачи	1	Сформировать понимание культуры коммуникации и навыков безопасного общения в школе и мире.	Лекция с элементами тренинга. Упражнения на взаимодействие.	Групповая, лекция, тренинг
4	Толерантность в социуме: за и против	1	Способствовать рациональному осмыслению общечеловеческих ценностей мира, осознанию причастности к миру, развитию рефлексии.	Дискуссия на тему толерантности. Работа в малых группах.	Групповая, дискуссия, групповая работа
5	Конфликты	1	Рассмотреть понятие	Что такое конфликт. Виды	Групповая, лекция,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	внутри и вокруг нас		конфликта, его виды и критерии. Выявить закономерности развития конфликта в образовательной среде.	конфликтов (внутриличностные, межличностные, педагогические). Анкета по конфликтности.	анкетирование
6	Киноклуб «Свой взгляд»	1	Эмоционально отреагировать актуальные чувства. Осознание и переосмысление своих целей и потребностей. Развитие способности к сопереживанию.	Просмотр и обсуждение мультфильмов/фильмов.	Групповая, киноклуб, обсуждение
7	Тренинг общения «Бесконфликтная среда» (часть 1)	1	Сформировать позитивные отношения подростка к себе и окружающему миру. Обучить навыкам бесконфликтного общения.	Тренинговые игры: «Воздушный шар», «Дар убеждения», «Я в тебе уверен».	Групповая, тренинг, игровая
8	Тренинг общения «Бесконфликтная среда» (часть 2)	1	Закрепить навыки эффективного общения и работы в команде.	Тренинговые игры: «Геометрические фигуры», «Пожар», «Вопросы», «Выход из контакта».	Групповая, тренинг, игровая
9	Итоговое занятие	1	Создание условий для завершения курса. Проверка эффективности работы.	Применение кейс-технологий. Моделирование процедуры медиации. Итоговая анкета.	Групповая, кейс-метод, моделирование, анкетирование

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: выявление уровня стрессоустойчивости, конфликтности; знакомство участников, создание доверительной атмосферы.

Задачи:

- провести анкетирование «Я и стресс»;
- познакомить участников между собой через коммуникативные игры;
- создать атмосферу взаимного доверия и сотрудничества.

Оборудование: бланки анкет «Я и стресс», карточки с именами, мяч, маркеры, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие участников. Психолог представляется, кратко рассказывает о целях программы, о том, что будет происходить на занятиях. Объяснение правил работы в группе (конфиденциальность, уважение, активное участие). Адаптация речи с использованием жестов и наглядных опор.
Основная часть	1. Анкетирование «Я и стресс» – участники заполняют анкету индивидуально. 2. Игра-знакомство «Снежный ком» – каждый участник называет своё имя и качество на первую букву имени, следующий повторяет всех предыдущих и добавляет себя. 3. Игра «Передай мяч и скажи комплимент» – участники передают мяч по кругу и говорят соседу доброе слово. 4. Упражнение «Мои ожидания» – каждый участник записывает на стикере, что он ждёт от занятий, и приклеивает на общий плакат.
Заключительная часть	Подведение итогов. Рефлексия: «Что тебе понравилось? Что было сложно?». Прощание.

Занятие № 2. Диагностика стилей поведения

Цель: завершение диагностического этапа, определение стиля поведения в конфликте, настрой на дальнейшую работу.

Задачи:

- провести адаптированный тест Томаса-Килманна;
- провести анкету «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации»;
- обсудить цели программы и настроить на дальнейшую работу.

Оборудование: бланки теста Томаса-Килманна, анкеты «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации», доска/флипчарт, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Напоминание правил работы в группе. Настрой на работу.
Основная часть	1. Тест Томаса-Килманна (адаптированный) – участники отвечают на вопросы, выбирая один из двух вариантов поведения в конфликтной ситуации. 2. Анкета «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации» – заполнение анкеты. 3. Обработка результатов (краткая) – психолог объясняет, какие стили поведения в конфликте бывают (соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление), участники узнают свой доминирующий стиль. 4. Обсуждение целей программы – «Зачем нам учиться разрешать конфликты?», «Что мы будем делать на занятиях?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о себе?». Прощание.

Занятие № 3. Бесконфликтное общение: цели и задачи

Цель: сформировать понимание культуры коммуникации и навыков безопасного общения в школе и мире.

Задачи:

- познакомить с понятием «культура коммуникации»;
- обсудить правила безопасного общения;
- отработать навыки взаимодействия через упражнения.

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, карточки с ситуациями, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Разминка «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты.
Основная часть	1. Лекция с элементами тренинга – что такое культура коммуникации, почему важно уметь общаться, как нарушение слуха влияет на коммуникацию. 2. Упражнение «Правила общения» – участники в группах составляют список правил эффективного общения, затем презентуют.

Этап	Содержание
	3. Упражнение «Передай эмоцию» – участники по кругу передают эмоцию без слов (только жестами и мимикой), остальные угадывают. 4. Мозговой штурм – «Что помогает нам понимать друг друга?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какое правило общения ты возьмёшь для себя?». Прощание.

Занятие № 4. Толерантность в социуме: за и против

Цель: способствовать рациональному осмыслению общечеловеческих ценностей мира, осознанию причастности к миру, развитию рефлексии.

Задачи:

- познакомить с понятием «толерантность»;
- обсудить важность уважения к различиям;
- развивать навыки рефлексии и самоанализа.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт, маркеры, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Ассоциации» – участники называют ассоциации к слову «толерантность».
Основная часть	1. Дискуссия «Толерантность – это хорошо или плохо?» – участники делятся на группы, каждая группа приводит аргументы «за» и «против» толерантности, затем общее обсуждение. 2. Упражнение «Я и другие» – участники описывают ситуацию, в которой им было трудно принять другого человека, и обсуждают, что можно было сделать иначе. 3. Работа в парах – «Что я могу сделать для того, чтобы мир стал добрее?». 4. Анализ ситуаций – разбор конкретных примеров из школьной жизни, связанных с проявлением/непроявлением толерантности.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вывод ты сделал для себя о толерантности?». Прощание.

Занятие № 5. Конфликты внутри и вокруг нас

Цель: рассмотреть понятие конфликта, его виды и критерии. Выявить закономерности развития конфликта в образовательной среде.

Задачи:

- сформировать представление о конфликте, его природе и видах;
- проанализировать причины конфликтов в школе;
- выявить свой уровень конфликтности.

Оборудование: презентация/таблицы с видами конфликтов, бланки анкеты «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации» (повторно), карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Продолжи фразу» – «Конфликт – это…».
Основная часть	1. Что такое конфликт? – обсуждение определений, формула конфликта, этапы развития конфликта. 2. Виды конфликтов – внутриличностные, межличностные, педагогические. Обсуждение каждого вида с примерами. 3. Анкета «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации» – заполнение (повторно, для динамики). 4. Разбор ситуаций – участники анализируют конфликтные ситуации из школьной жизни, определяют вид конфликта и его причины.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о конфликтах?». Прощание.

Занятие № 6. Киноклуб «Свой взгляд»

Цель: эмоционально отреагировать актуальные чувства. Осознание и переосмысление своих целей и потребностей. Развитие способности к сопереживанию.

Задачи:

- через просмотр и обсуждение фильмов/мультфильмов осознать свои чувства;
- развивать способность анализировать ситуации;
- развивать эмпатию.

Оборудование: проектор, экран, видеофрагменты, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на просмотр.
Основная часть	1. Просмотр видеофрагмента № 1 – мультфильм «Головоломка» (фрагмент об эмоциях). Обсуждение:

Этап	Содержание
	«Какие эмоции испытывают герои? Почему?». 2. Просмотр видеофрагмента № 2 – «День и ночь» (Pixar). Обсуждение: «О чём этот мультфильм? Что общего у дня и ночи? Как они научились понимать друг друга?». 3. Просмотр видеофрагмента № 3 – «Конфликт» (Союзмультфильм, 1983). Обсуждение: «Почему возник конфликт между предметами? Что помогло его разрешить?». 4. Просмотр и обсуждение «Ералаш» № 43 «Сегодня будут танцы» – обсуждение школьного конфликта. 5. Анализ – «Что общего у всех просмотренных сюжетов? Как можно разрешить конфликт в каждом случае?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой фрагмент запомнился больше всего? Почему?». Прощание.

Занятие № 7. Тренинг общения «Бесконфликтная среда» (часть 1)

Цель: сформировать позитивные отношения подростка к самому себе и окружающему миру. Обучить навыкам бесконфликтного общения.

Задачи:

- развивать навыки эффективного общения;
- учить работать в команде, договариваться;
- отрабатывать стратегии поведения в конфликте.

Оборудование: бланки для игр «Воздушный шар», «Дар убеждения», мяч, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Разминка «Я в тебе уверен» – работа в парах.
Основная часть	1. Игра «Воздушный шар» – участники должны принять коллективное решение о выбросе предметов из корзины воздушного шара, чтобы спастись. Обсуждение трудностей принятия группового решения. 2. Игра «Дар убеждения» – два участника доказывают публике, что именно у них в коробке лежит бумажка. Обсуждение вербальных и невербальных средств убеждения. 3. Упражнение «Похвали себя» – участники рассказывают о своих сильных качествах. 4. Упражнение «Комплимент» – участники говорят искренние комплименты друг другу.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о себе и других?». Прощание.

Занятие № 8. Тренинг общения «Бесконфликтная среда» (часть 2)

Цель: закрепить навыки эффективного общения и работы в команде.

Задачи:

- развивать навыки невербального общения;
- учить работать в команде, чувствовать группу;
- отрабатывать навыки выхода из контакта и понимания других.

Оборудование: карточки с ролями, листы бумаги, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на активную работу.
Основная часть	1. Игра «Геометрические фигуры» – за определённое время нужно построить геометрическую фигуру из всех участников группы (прямоугольник, квадрат, треугольник, ромб, круг). 2. Игра «Пожар» – участники получают роли и описывают увиденное глазами своей роли, остальные угадывают. 3. Упражнение «Вопросы» – работа в парах: один расслабляется, другой задаёт вопросы, задача сохранить расслабленность. 4. Упражнение «Выход из контакта» – работа в парах: один навязчивый собеседник, второй должен достойно выйти из контакта.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым сложным сегодня?». Прощание.

Занятие № 9. Итоговое занятие

Цель: создание условий для завершения курса. Проверка эффективности работы.

Задачи:

- обобщить полученные знания;
- применить навыки разрешения конфликтов на практике;
- оценить динамику участников.

Оборудование: кейсы с конфликтными ситуациями, бланки итоговой анкеты «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации», доска/флипчарт, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Кейс-метод – участники в группах разбирают конфликтные ситуации из школьной жизни, предлагают варианты разрешения. Презентация решений. 2. Моделирование процедуры медиации – участники разыгрывают ситуацию, где медиатор помогает разрешить конфликт между двумя сторонами. 3. Итоговая анкета «Оценка подростком собственного положения в конфликтной ситуации» – сравнение с начальной диагностикой. 4. Круг «Мои изменения» – каждый участник рассказывает, что изменилось в нём за время занятий, чему он научился.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Рефлексия: «Что было самым полезным для тебя?». Прощание. Пожелания на будущее.

Приложения

Конфликт: история и этапы развития конфликтологии.

Конфликт (от лат. conflictus) определяется в психологии как отсутствие согласия между двумя или более сторонами. В случае межличностного конфликта под сторонами понимаются лица или группы, а в случае внутриличностного — установки, ценности, идеи одного субъекта. Не всегда социальное явление.

Одним из основоположников общей теории конфликта был Карл Маркс, разработавший учение о противоречии и развивший модель революционного класса и социального изменения. В дальнейшем основные положения его учения о конфликте сформулировал американский социолог Дж. Тернер.

Существенный вклад в развитие конфликтологии внесли также немецкий философ и социолог Георг Зиммель и американский социолог Льюис Козер.

Формула конфликта:



Основные этапы развития конфликтологии

Конфликтология начала свой путь в США, затем развивалась в Западной Европе и являлась областью социологических исследований. Сегодня как западная, так и отечественная конфликтология все более и более тяготеют к психологии, к психологическому пониманию конфликта.

В развитии конфликтологии выделяют три основных этапа:

- донаучный, или философский;
- монодисциплинарный, т.е. когда каждая наука самостоятельно исследовала конфликт,
- междисциплинарный, когда предпринимаются попытки создания дисциплины, комплексно исследующий конфликт. Эти этапы охватывают разные по длительности периоды. Вкратце рассмотрим каждый из этих этапов.

Донаучный этап. Наиболее длительный этап, охватывающий период от эпохи Античности и почти до конца XIX в., когда философы стремились понять, в чем сущность войн и какова их роль в жизни человека и общества. Конфликт сначала находит отражение в древнем искусстве (легенды, сказания, наскальная живопись). Основной конфликт данного периода – конфликт человека и природы.

Особый интерес здесь представляют труды философов, из которых становится ясно, как шло развитие социальных отношений, как менялись оценки и восприятие конфликта и как постепенно на этом пути появлялись предпосылки научного понимания конфликта.

На данном этапе происходило осмысление роли конфликтов в человеческой жизни, хотя самого термина еще не существовало. В философии, по сути, вызревало отношение к конфликту через понимание войны и мира, насилия и подавления. Мыслители древности со всей очевидностью поставили вопрос о необходимости регулирования и предупреждения конфликтов, а в XV в. европейские философ поставили со всей ясностью вопрос о необходимости толерантности, веротерпимости в обществе.

Монодисциплинарный этап. Уже в XIX в. начинаются исследования конфликтов в рамках двух основных дисциплин – психологии и социологии. Этот этап характеризуется тем, что все исследования ориентированы на решение задач в рамках одной конкретной науки.

В 1820-1830-е гг. конфликт начинает привлекать внимание социальных психологов. По мнению У.Макдугалла, конфликты в обществе неизбежны, так как людям присущи врожденные инстинкты. Репертуар этих инстинктов определяется психофизической предрасположенностью.

В 30-е гг. XX в. было положено начало этологическому подходу к конфликту работами австрийского естествоиспытателя К.Лоренца. Его гипотеза состояла в том, что главной причиной конфликтов он считал агрессивность индивида и толпы.

Источником конфликта К.Левин считал стиль взаимодействия лидера и группы. Он разработал концепцию динамической системы, в которой, когда нарушается равновесие между индивидом и средой, появляются конфликты.

В 1950-1960-е гг. XX в. на Западе появляются исследования, где научный интерес психологов обращен непосредственно к конфликту. Выделяются основные подходы, разрабатываются понятийный аппарат психологической теории конфликта. В этот период появляются публикации и отечественных ученых.

В 1960-1970-е гг. начинает формироваться самостоятельное направление – по изучению переговорного процесса как части конфликтного взаимодействия.

Междисциплинарный этап. Конфликтология как самостоятельная дисциплина начинает оформляться на Западе с конца 50-х гг. XX в. Особое влияние на ее развитие оказал опыт Второй мировой войны. Развитие конфликтологии характеризуется постепенным соединением теории и практики.

В нашей стране переход к междисциплинарным исследованиям начинается с 1990 г., когда впервые появляются исследования такого типа и проходит конференция по конфликтологии в Красноярске. С этого момента резко повышается интерес к этой сфере.

В 1999 г. вышел первый учебник по конфликтологии (авторы А.Я.Анцупова, А.И.Шипилов), где предпринята попытка систематизации и интеграции научных знаний о конфликтах. Авторы стремились о конфликтах объединить практически все о конфликтах на основе общей методологии. Также следует отметить учебник Н.В.Гришиной «Психология конфликта», в котором исчерпывающе рассматриваются все психологические проблемы конфликтов.

В этот же период появляется в России несколько проектов ЮНЕСКО, связанных с культурой мира в России и проблемой формирования толерантного сознания, начинает издаваться журнал

«Век толерантности»; выпускается серия книг «На пути к толерантному сознанию»; выходят работы самого разного плана, в которых активно обсуждается толерантность как явление и предпринимаются попытки его анализа.

Виды конфликтов

В современной литературе существует множество классификаций конфликтов по различным основаниям.

Так *А.Г. Здравомыслов* дает классификацию уровней конфликтующих сторон:

Междиндивидуальные конфликты

Межгрупповые конфликты и их типы:

группы интересов

группы этнонационального характера

группы, объединенные общностью положения;

конфликты между ассоциациями

внутри и межинституциональные конфликты

конфликты между государственными образованиями

конфликты между культурами или типами культур

Р. Дарендорф дает одну из наиболее широких классификаций конфликтов:

По источникам возникновения (конфликты интересов, ценностей, идентификации).

По социальным последствиям (успешные, безуспешные, созидательные или конструктивные, разрушительные или деструктивные).

По масштабности (локальные, региональные, межгосударственные, глобальные, микро-, макро-, и мегаконфликты).

По формам борьбы (мирные и немирные).

По особенностям условий происхождения (эндогенные и эксогенные).

По отношению субъектов к конфликту (подлинный, случайный, ложный, латентный).

По использованной сторонами тактики (сражение, игра, дебаты).

А. В. Дмитров дает несколько классификацией социальных конфликтов по разным основаниям. К конфликтам по сферам автор относит: экономические, политические, трудовые, социального обеспечения, образования, образования и пр.

Виды конфликтов по отношению к отдельному субъекту:

внутренние (личностные конфликты);

внешние (межличностные, между личностью и группой, межгрупповые).

Внутриличностный конфликт





Каждый человек хотя бы однажды оказывался в конфликтной ситуации, и не только с внешним миром – окружающими, но и прежде всего с самим собой. А внутренние конфликты могут запросто перерасти во внешние. Для психически здоровой личности не выходящий за рамки нормы внутренний конфликт вполне естественен. Причем ситуация внутриличностной противоречивости и напряжения в определенных рамках не только естественна, но и необходима для совершенствования и развития самой личности. Любое развитие не может происходить без внутренних противоречий (кризисов), а там, где есть противоречия, есть и основа конфликта. И если внутриличностный конфликт протекает в рамках разумного, он действительно необходим, ибо умеренное критическое отношение к собственному "Я", недовольство собой, как мощный внутренний двигатель, заставляет человека идти по пути самоактуализации и самосовершенствования, тем самым наполняя смыслом не только свою собственную жизнь, но и совершенствуя мир. Научное изучение внутриличностного конфликта началось в конце XIX века и было связано в первую очередь с именем основателя психоанализа — австрийского ученого *Зигмунда Фрейда* (1856 — 1939), раскрывшего биосоциальный и биопсихологический характер внутриличностного конфликта. Он показал, что человеческое существование связано с постоянным напряжением и преодолением противоречия между социально-культурными нормами и биологическими влечениями и желаниями человека, между сознанием и бессознательным. В этом противоречии и постоянном противоборстве названных сторон и состоит, по Фрейду, сущность внутриличностного конфликта. В рамках психоанализа теорию внутриличностного конфликта разрабатывали также *К. Юнг, К. Хорни* и др. Большой вклад в изучение проблемы внутриличностного конфликта внес немецкий психолог *Курт Левин* (1890—1947), который определил его как ситуацию, в которой на человека одновременно действуют противоположно-направленные силы равной величины. В этой связи он выделил три вида конфликтной ситуации.

1. Человек находится между двумя положительными силами примерно равной величины. "Это случай буриданова осла, находящегося между двумя равными стогами сена и умирающего от голода".

2. Человек находится между двумя приблизительно равными отрицательными силами. Характерный пример — ситуация наказания. **Пример:** с одной стороны, ребенок должен выполнять школьное задание, которое он не хочет делать, а с другой — его могут наказать, если он его не сделает.

3. На человека одновременно действуют две разнонаправленные силы примерно равной величины и в одном и том же месте. **Пример:** ребенок хочет погладить собаку, но он ее боится, или хочет съесть торт, а ему запретили.

Последующее развитие теория внутриличностного конфликта получила в трудах представителей гуманистической психологии. Один из лидеров этого направления — американский психолог *Карл Роджерс* (1902—1987). Фундаментальным компонентом структуры личности, считает он, является “Я-концепция” — представление личности о самой себе, образ собственного “Я”, формирующийся в процессе взаимодействия личности с окружающей средой. На основе “Я-концепции” происходит саморегуляция поведения человека. Но “Я-концепция” часто не совпадает с представлением об идеальном “Я”. Между ними может происходить рассогласование. Этот диссонанс (несовпадение) между “Я-концепцией”, с одной стороны, и идеальным “Я” — с другой, и выступает как внутриличностный конфликт, последствием которого может стать тяжелое психическое заболевание. Широкую популярность получила концепция внутриличностного конфликта одного из ведущих представителей гуманистической психологии американского психолога Абрахама Маслоу (1908—1968). Согласно Маслоу, мотивационную структуру личности образует ряд иерархически организованных потребностей (см. здесь). Самая высшая – потребность в самоактуализации, то есть в реализации потенций, способностей и талантов человека. Она выражается в том, что человек стремится быть тем, кем он может стать. Но это ему не всегда удается.



Самоактуализация как способность может присутствовать у большинства людей, но лишь у меньшинства она является свершившейся, реализованной. Этот разрыв между стремлением к самоактуализации и реальным результатом и лежит в основе внутриличностного конфликта. Еще одна весьма популярная сегодня теория внутриличностного конфликта разработана австрийским психологом и психиатром *Виктором Франклом* (1905—1997), создавшим новое направление в психотерапии — логотерапию (от гр. logos — мысль, разум и гр. therapeia — лечение). По его определению, логотерапия “занимается смыслом человеческого существования и поиском этого смысла”.

Согласно концепции Франкла, *главной движущей силой жизни каждого человека является поиск им смысла жизни и борьба за него. Отсутствие смысла жизни порождает у человека состояние, которое он называет экзистенциальным вакуумом, или чувством бесцельности и пустоты. Именно экзистенциальный вакуум и становится причиной внутриличностного конфликта, который в последствии приводит к “ноогенным неврозам” (от гр. noos — смысл).*

По мнению автора теории, внутриличностный конфликт в виде ноогенного невроза возникает из-за духовных проблем и вызван расстройством “духовного ядра личности”, в котором собраны смыслы и ценности человеческого существования, составляющие основу поведения личности. Таким образом, ноогенный невроз – это расстройство, вызванное экзистенциальным вакуумом, отсутствием у человека смысла жизни. Именно экзистенциальный вакуум, чувство

бесцельности и пустоты существования порождает на каждом шагу экзистенциальную фрустрацию личности, чаще всего проявляющуюся в скуке и апатии. Скука — свидетельство отсутствия смысла жизни, смыслообразующих ценностей, а это уже серьезно. Потому что смысл жизни обрести гораздо труднее и важнее, чем богатство. Кроме того, нужда, например, толкает человека к действию и способствует избавлению от неврозов, а скука, связанная с экзистенциальным вакуумом, напротив, обрекает его на бездеятельность и тем самым способствует развитию психологического расстройства.

Среди отечественных ученых, внесших значительный вклад в разработку рассматриваемой проблемы, следует назвать *А. Н. Леонтьева* (1903—1979), который своей теорией о роли ***предметной деятельности*** в становлении личности многое сделал и для понимания внутриличностного конфликта. Согласно его теории, содержание и сущность внутриличностного конфликта обусловлены характером структуры самой личности. Эта структура в свою очередь вызвана противоречивыми отношениями, в которые вступает человек, осуществляя разнообразные виды своей деятельности. Одна из важнейших характеристик внутренней структуры личности состоит в том, что любой человек, даже имеющий ведущий мотив поведения и основную цель в жизни, не обязательно живет только одной какой-либо целью или мотивом.

Мотивационная сфера человека, по мнению А. Н. Леонтьева, даже в наивысшем ее развитии никогда не напоминает застывшую пирамиду. Образно говоря, мотивационная сфера личности всегда является многовершинной. Противоречивое взаимодействие этих “вершин” мотивационной сферы, различных мотивов личности и образует внутриличностный конфликт. Следовательно, внутриличностный конфликт, естественно присущий внутренней структуре личности,— нормальное явление. Любой личности присущи внутренние противоречия и борьба между различными стремлениями. Обычно эта борьба проходит в пределах нормы и не нарушает гармоничности личности. “Ведь гармоническая личность вовсе не есть личность, не знающая никакой внутренней борьбы”. Но иногда эта борьба становится главным, что определяет поведение человека и весь образ жизни. Именно тогда последствиями становятся несчастная личность и несложившаяся судьба. Таковы причины внутриличностного конфликта. Определение внутриличностного конфликта: внутриличностный конфликт — это состояние структуры личности, когда в ней одновременно существуют противоречивые и взаимоисключающие мотивы, ценностные ориентации и цели, с которыми она в данный момент не в состоянии справиться, т.е. выработать приоритеты поведения, основанные на них. Можно сказать и по-другому: внутриличностный конфликт – это состояние внутренней структуры личности, характеризующееся противоборством ее элементов.

Таким образом, можно выделить следующие свойства внутриличностного конфликта:

1) внутриличностный конфликт появляется в результате взаимодействия элементов внутренней структуры личности;

2) сторонами внутриличностного конфликта выступают одновременно существующие в структуре личности разноплановые и противоречивые интересы, цели, мотивы и желания; 3)

внутриличностный конфликт возникает только тогда, когда силы, действующие на личность, являются равноценными. В противном случае человек из двух зол просто выбирает меньшее, из двух благ — большее, а наказанию предпочитает награду; 4) любой внутренний конфликт сопровождается отрицательными эмоциями; 5) основу любого внутриличностного конфликта составляет ситуация, характеризующаяся: противоположными мотивами, целями и интересами сторон; противоположными средствами достижения целей в данных условиях (**пример:** преследуется цель — занять выгодную вакансию, но вместе с тем лишить ее другого человека, возможно нуждающегося в ней еще больше); отсутствием возможности удовлетворения какой-либо потребности и вместе с тем невозможностью игнорирования этой потребности. Следует также добавить, что, как показал З. Фрейд, внутриличностный конфликт может быть не только осознанным, но и неосознанным, что не делает его менее значимым.

Как работать с конфликтом:

Основная сложность в работе с внутренним конфликтом – это субъективное ощущение непричастности к нему. Кажется, что этот конфликт как будто происходит сам по себе, без участия самого человека. Либо это участие ограничено – человек становится на одну сторону конфликта, абсолютно игнорируя вторую. Как будто эта вторая сторона – вовсе не он, а что-то чужеродное.

Поэтому при работе с внутреличностным конфликтом, важно принять ответственность за обе свои конфликтующие части. Даже само слово «конфликтующие части» подразумевает что это не сам человек, а какая-то непонятная (т.е. отделенная) часть. Нужно понять, что Вы сами создаете свой конфликт, и, главное – весьма активно участвуете в каждом внутреннем споре. Это не моя часть хочет мороженного, а именно я этого хочу. Точно также, как именно я хочу перестать набрасываться на холодильник ночью. И именно я воюю сама с собой.

Возможно покажется, что присвоить обе стороны конфликта не так уж и сложно – но на практике все наоборот, это не так уж и просто. Часто, после осознания своего вклада в свой собственный конфликт, человек находит новые пути реализации своих потребностей.

Главный секрет внутреннего конфликта:

Есть одна небольшая, но очень важная деталь, характеризующая внутриличностный конфликт. Конфликт, это столкновение двух противоположных потребностей, но на самом деле – за обеими этим потребностями стоит одна и та же потребность более высшего порядка.

За желанием понравится и досадить начальнику – стоит потребность в том, чтоб он обратил на тебя внимание, за желанием остаться в одиночестве и быть рядом с любимым – потребность в поддержке, за желанием стать капитаном и актером – потребность в профессиональной идентификации. Осознание потребности, которая стоит за внутренним конфликтом позволяет принять себя, перестать зацикливаться не неадаптивных формах поведения и найти более приятные, мирные и конструктивные формы реализации себя.

И наоборот – если по каким-то причинам главная потребность не осознается, она разделяется на более «локальные» потребности, которые могут вступать в конфликт друг с другом.

Еще несколько советов:

- ✓ дайте адекватную оценку ситуации, возьмите ее под контроль и попробуйте выявить противоречия, послужившие причиной конфликта и вызвали чувство тревоги, страха или гнева;
- ✓ осознайте смысл конфликта, проанализируйте степень его важности для вас с точки зрения места и роли в вашей жизни его последствий;
- ✓ Локализуйте причину конфликта, определите его суть, отбросив все второстепенные моменты;
- ✓ проявите смелость при анализе причин конфликта, умейте посмотреть правде в глаза, даже если она вам и не очень приятная, и безжалостно проанализируйте причины вашего беспокойства;
- ✓ дайте выход гневу и агрессии, накопившимся эмоциям или тревоге, для чего можно использовать как физические упражнения, так и творческие занятия;
- ✓ измените условия или стиль своей работы, если конфликт возникает постоянно из-за неблагоприятных условий деятельности;
- ✓ подумайте над возможностью снижения уровня ваших претензий, поскольку вероятно, что ваши способности и возможности не соответствуют вашим усилиям;
- ✓ умейте прощать не только других, но и себя

Ситуации из жизни. Как решить:

Родители требуют поступать в престижный вуз, ни о чем другом слушать не желают.

Сын очень любит и уважает родителей ибоится их огорчить, но категорически хочет поступить в другой вуз. Или вообще в колледж. Или пойти работать.

И он мучительно решает внутри себя, что ему делать: покориться родительской воле и приобрести профессию, от которой его с души воротит, или пойти наперекор родителям, выбрать профессию самому, но испортить с ними отношения и вступить в межличностный конфликт.

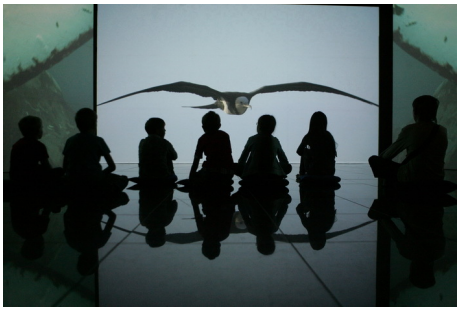
! Ресурсы для обсуждения с детьми (возрастное ограничение регулирует педагог):

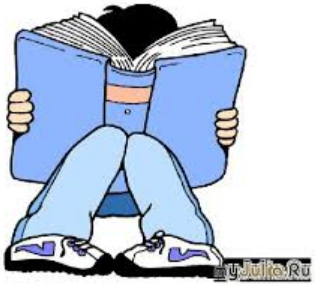
Фильм/книга Ф.М. Достоевского «Преступление и наказание»

Пьесса У. Шекспира/фильм «Гамлет принц Датский»

Книга Дж. Сэлинджера «Над пропастью во ржи»

Мультфильм «Головоломка»





Межличностные конфликты





Межличностные конфликты – это ситуации противоречий, разногласий, столкновений между людьми. Они характеризуются теми же признаками, что и любые конфликты: наличие значимых для сторон противоречий; необходимость их разрешения для нормализации отношений сторон и их эффективного взаимодействия; действия сторон, направленные на преодоление возникших противоречий, реализацию собственных интересов и т. д.

Таким образом, межличностный конфликт – это ситуация, в основе которой противоречие, воспринимаемое и переживаемое участниками ситуации (или, по крайней мере, одним из них) как значимая психологическая проблема, требующая своего разрешения и вызывающая активность сторон, направленную на преодоление возникшего противоречия и разрешение ситуации в интересах обеих или одной из сторон.

Аналогично тому, как личностные конфликты различаются тем, какие именно проблемы затрагиваются возникшим противоречием, можно выделить следующие основные типы межличностных конфликтов.

Ценностные конфликты – это конфликтные ситуации, в которых разногласия между участниками связаны с их противоречащими друг другу или несовместимыми представлениями, имеющими для них особенно значимый характер. Система ценностей человека отражает то, что является для него наиболее значимым, исполненным личностного смысла, смыслообразующим. Например, если речь идет о работе, ценностью будет то, в чем человек видит для себя основной смысл работы (является ли она для него источником средств существования, возможностью самореализации и др.); ценностями семейных отношений будет то, в чем супруги видят для себя смысл существования семьи и какой соответственно она должна быть, и т. д. Наконец, в систему основных ценностей человека могут входить его мировоззренческие, религиозные, нравственные и иные значимые для него представления.

Различия в ценностях, однако, не обязательно ведут к конфликтам, и люди разных убеждений, политических и религиозных взглядов могут успешно работать вместе и иметь хорошие отношения. Конфликт ценностей возникает тогда, когда эти различия оказывают влияние на взаимодействие людей или же они начинают «посягать» на ценности друг друга. Доминантные

ценности выполняют регулятивную функцию, направляя действия людей и создавая тем самым определенные модели их поведения во взаимодействии. Если в основе поведения участников взаимодействия лежат разные доминирующие ценности, они могут приходить в противоречие друг с другом и порождать конфликты. Наконец, люди нередко склонны переубеждать друг друга, навязывая свои взгляды, вкусы, точки зрения и т. д., что также может вести к конфликтам.

Конфликты интересов – это ситуации, затрагивающие интересы участников (их цели, планы, устремления, мотивы и т. д.), которые оказываются несовместимыми или противоречащими друг другу. Например, у супругов оказываются разные планы по поводу проведения предстоящего отпуска, начальник намеревается послать в командировку подчиненного, который никак не собирался отлучаться из города до конца месяца, и т. д. Их интересы противоречат друг другу, но, возможно, им удастся найти вариант их совмещения. Другая разновидность конфликта интересов касается случаев, где они оказываются несовместимыми. Такие ситуации часто называются ресурсными конфликтами, поскольку их участники претендуют на один и тот же ресурс – материальный предмет, финансы, одну и ту же должность и т. д. Каждая сторона заинтересована в получении нужного ей ресурса или более выгодной (с точки зрения количества и (или) качества) части общего ресурса. Они стремятся к одному и тому же, у них одинаковые цели, но в силу единичности или ограниченности ресурсов их интересы противоречат друг другу. К этому виду конфликтов относятся все конфликтные ситуации, затрагивающие проблемы распределения (ресурса, который может быть поделен) или возникающие на почве соперничества за обладание чем-то (ресурсом, который является неделимым, например одна должность, на которую претендуют двое). С проблемами такого рода мы постоянно сталкиваемся и в нашей повседневной жизни: например, имеющиеся у семьи финансовые средства – это делимый ресурс, ставящий проблему распределения средств, а единственный телевизор – это неделимый ресурс, и поэтому в споре о том, какую программу смотреть, предпочтение можно отдать только одному.

Еще один вид распространенных межличностных конфликтов – это конфликты, возникающие из-за нарушения норм или правил взаимодействия. Нормы и правила совместного взаимодействия являются его неотъемлемой частью, выполняющей функции регуляции этого взаимодействия, без которых оно оказывается невозможным. Они могут иметь имплицитный (скрытый, подразумеваемый) характер (например, соблюдение норм этикета, о чем не обязательно договариваться, следование им считается само собой разумеющимся) или быть результатом особых договоренностей, иногда даже письменных (допустим, оговоренный вклад каждого из участников в общее трудовое взаимодействие), но в любом случае их нарушение может повлечь за собой возникновение разногласий, взаимных претензий или конфликтов между участниками взаимодействия.

Причины нарушений норм и правил могут иметь разный характер. Кто-то может невольно нарушить принятые в коллективе правила просто потому, что как новичок он их еще не знает. Сознательное нарушение норм или правил коллектива или семейной жизни связано с желанием их пересмотра (например, подросток приходит домой позже обозначенного родителями времени и

ведет с ними дискуссию о том, что он уже взрослый и не должен соблюдать эти правила, как ребенок).

Различать характер конфликта – связан ли он с ценностями людей, их интересами или правилами взаимодействия – считается важным, так как это во многом определяет и характер их разрешения. Как мы видели, эти типы конфликта отличаются тем, какие именно аспекты межличностных отношений или межличностного взаимодействия затронуты конфликтом. При этом одни и те же причины могут порождать разные типы конфликтов. Например, такая повседневная конфликтная ситуация, как ссоры отца с дочерью из-за того, что она не убирает за собой, не содержит в порядке свои вещи и т. д., может иметь разный характер – нарушения норм и правил взаимодействия («ты не выполняешь свои обязанности по дому, о которых мы договаривались»), противоречия интересов («я вынужден иногда встречаться со своими коллегами дома, и я не хочу каждый раз заниматься уборкой или краснеть за беспорядок в нашем доме») или ценностных расхождений («если у человека в комнате беспорядок, он и в своих делах не сможет добиться порядка»).

Таким образом, характер конфликта (конфликт ценностей, или интересов, или норм и правил взаимодействия) определяется характером проблемы, порождающей противоречия между участниками ситуации, а причина его возникновения – конкретными обстоятельствами их взаимодействия. Наряду с этими факторами возникновения конфликта (проблема и причина) целесообразно упомянуть также повод возникновения конфликта, представляющий собой конкретное событие, переводящее скрытые трудности в пласт открытого конфликтного взаимодействия. Повод нередко присутствует в тех ситуациях, где конфликт развивается постепенно, иногда в форме нарастающего скрытого напряжения, и переходит в открытое столкновение под влиянием события, которое, как последняя капля, переполняет чашу терпения или намеренно используется как предлог для «нападения» на партнера.

Помимо этих параметров для описания конфликта существенной является такая его характеристика, как острота, которая проявляется в жесткости противостояния сторон.

Острота конфликта зависит от ряда факторов, среди которых можно отметить наиболее существенные. Прежде всего к ним относится уже упоминавшийся характер проблем, затронутых конфликтом. Любой конфликт имеет в своей основе существенные для людей проблемы, но степень их значимости может быть различной. Чем более значимы для человека проблемы, затронутые конфликтом, тем менее он склонен к уступкам и компромиссам.

Далее, важную роль играет *степень эмоциональной вовлеченности* человека в конфликт. Она, в свою очередь, зависит от значимости затронутых проблем, но определяется и личностными особенностями участников конфликта, а также историей их отношений. Настроенность на «борьбу», на «победу» в конфликтном противостоянии может быть следствием индивидуальной склонности человека к доминированию, к конкурентным отношениям, к соперничеству; в повседневном общении, сталкиваясь иногда с подобными проявлениями, мы называем таких людей конфликтными за их склонность к «борьбе». На поведение человека в конфликте может повлиять

и опыт его прежних отношений с противостоящим ему участником конфликтной ситуации. Так, если этим людям уже неоднократно приходилось оказываться в ситуации разногласий и между ними прежде возникали конфликты, то новая конфликтная ситуация, возможно, вызовет у них более острую эмоциональную реакцию.

Длительно накапливавшееся напряжение, враждебность, неблагоприятный опыт прежнего общения участников ситуации могут приводить к тому, что конфликты из способа решения проблем, существующих между людьми, фактически становятся средством выражения враждебности, неприязни, негативных эмоций участников конфликта. Их антагонизм, открытое выражение негативных чувств по отношению друг к другу, эмоциональные «удары», наносимые и получаемые ими, отодвигают на второй план проблему, из-за которой возник конфликт. Конфликты, в которых целью их участников становится открытое выражение накопившихся эмоций и враждебности, называются нереалистическими. Когда же конфликт направлен на преследование целей, связанных с предметом разногласий, он имеет реалистический характер.

Таким образом, остроту конфликта можно уменьшить и тем самым облегчить процесс его разрешения, если удается снизить значимость затронутых в конфликте проблем (например, за счет создания альтернатив или компромиссных вариантов), снизить или по возможности исключить эмоциональный накал обсуждения проблемы и держаться в рамках реалистического подхода к решению проблемы, не допуская перехода конфликта в нереалистический план.

Современное понимание конфликта отвергает тот однозначно негативный взгляд на конфликты как на явление патологическое и деструктивное, который был характерен в прошлом при анализе человеческих отношений (независимо от того, шла ли речь о взаимодействии в коллективе или об отношениях в обществе). Межличностный конфликт как факт разногласий, разных позиций, разных интересов людей сам по себе ни плох, ни хорош. Как и кризис, он содержит в себе риск, опасность ухудшения или разрушения отношений людей, но и возможность их прояснения, снятия напряжения и прихода к взаимопониманию. Более того, специалистами развиваются представления о потенциальных позитивных функциях конфликта, который является сигналом неблагополучия, сигналом к изменению. Общая формула возможного позитивного эффекта конфликта может быть сформулирована следующим образом: конфликт ведет к изменениям, изменения – к адаптации, адаптация – к выживанию. Применительно к области человеческих отношений это означает, что если мы воспринимаем конфликт не как угрозу или опасность, но как необходимость изменений в нашем взаимодействии, то благодаря этому мы адаптируемся к новой ситуации, обстоятельствам, позиции друг друга (тому, что потребовало изменений), и это позволяет нам сохранить наши отношения. Например, часто конфликты подростка с родителями являются отражением его растущей потребности в самостоятельности, появляющегося у него чувства «взрослости». Если родители понимают это и отдают себе отчет в необходимости каких-то изменений в своих отношениях с сыном, перестраивают свои требования к нему с учетом его меняющихся возможностей, происходит их новая адаптация друг к другу, возникает новый уровень их отношений, которые продолжают быть близкими и хорошими. Однако



превращение конфликта из угрозы разрушения наших отношений в фактор их обновления и сохранения требует от нас прежде всего конструктивного поведения в ситуациях межличностных конфликтов.

<u>Стратегии поведения в конфликтных ситуациях(или как решить)</u>

Томас и Килман выделяют пять основных стратегий поведения в конфликтных ситуациях:

Борьба (принуждение), когда участник конфликта пытается заставить принять свою точку зрения во что бы то ни стало, его не интересуют мнения и интересы других. Обычно такая стратегия приводит к ухудшению отношений между конфликтующими сторонами.



Уход (уклонение), когда человек стремится уйти от конфликта. Такое поведение может быть уместным, если предмет разногласий не представляет большой ценности или если сейчас нет условий для продуктивного разрешения конфликта, а также тогда, когда конфликт не является реалистическим.



Приспособление (уступчивость), когда человек отказывается от собственных интересов, готов принести их в жертву другому, пойти ему навстречу. Такая стратегия может быть целесообразной, когда предмет разногласий имеет для человека меньшую ценность, чем взаимоотношения с противоположной стороной.

Компромисс. Когда одна сторона принимает точку зрения другой, но лишь до определенной степени. При этом поиск приемлемого решения осуществляется за счет взаимных уступок.



Способность к компромиссу в управленческих ситуациях высоко ценится, так как уменьшает недоброжелательность и позволяет относительно быстро разрешить конфликт. Однако компромиссное решение может впоследствии привести к неудовлетворенности из-за своей половинчатости и стать причиной новых конфликтов.

Сотрудничество, когда участники признают право друг друга на собственное мнение и готовы его понять, что дает им возможность проанализировать причины разногласий и найти приемлемый для всех выход. Эта стратегия основана на убежденности участников в том, что расхождение во взглядах — это неизбежный результат того, что у умных людей есть свои представления о том, что правильно, а что нет. При этом установку на сотрудничество обычно формулируют так: «Не ты против меня, а мы вместе против проблемы.



<u>Как работать с конфликтом:</u>

Лучший способ разрешения конфликта — сотрудничество.

<u>Управление конфликтом</u>

Внезапно возникший конфликт можно постараться избежать. Если избежать не удаётся, его надо спокойно встречать и стремиться разрешить к удовлетворению всех конфликтующих сторон.

К разрешению конфликтной ситуации надо подготовиться. Определите свою цель. Что вы хотите? Если вы разрешаете конфликт путём переговоров, выберите время и место, удобное для обеих сторон.

Для правильного управления межличностным конфликтом **важно не только помнить о своей позиции и понимать позицию другой стороны, но и осознавать состояние поля в целом.**

Спокойно заявите о своих интересах, спросите вашего оппонента в данном конфликте, хочет ли он работать над разрешением конфликта. Если не хочет, то как он видит решение проблемы. Предлагайте разные варианты. Если они не принимаются, работайте над конфликтом самостоятельно.

Если оппонент готов к урегулированию конфликта, осознайте своё состояние: что вы сейчас чувствуете и чью сторону в этот момент принимаете — свою или партнёра-противника.

Ищите понимание, а не победу. Спокойно обсудите причины, вызвавшие конфликт. Разберитесь, что привело к конфликту: действия другой стороны или ваше непонимание ситуации. Предполагайте лучшее, не обвиняйте, пока не выясните, что другой имел ввиду. Задавайте правильные и тактичные вопросы.

Отстаивайте свою позицию, но не давите на партнёра. Не требуйте, чтобы он изменился. Давление ограничивает возможности обеих сторон и не способствует разрешению конфликта.

Следите за тем, что говорите:

Употребляйте слова, жесты которые „поднимают“ человека, а не „опускают“ его.

Спросите себя, правда ли то, что вы сейчас говорите, не преувеличиваете ли вы?

Не используйте слова „всегда“ и „никогда“.

Будьте правдивы и делайте это с добром.

Иногда бывает лучше и промолчать.

Нападайте на проблему, а не на человека.

Говорите о конкретных вещах, не обобщайте.

Решайте главные вопросы, не цепляйтесь за мелочи.

Не говорите о нём, говорите о себе. Вместо „ты врёшь“ скажите: „у меня другая информация“.

Расслабьтесь и ничего не бойтесь. Помните о духе поля, если вы не будете ему мешать, конфликт разрешится наилучшим способом.

<u>Урегулирование конфликта.</u>

Осознавайте свои ощущения и выражайте их. Будьте искренни с собой и партнёром. Делитесь своими чувствами правильно. Это поможет партнёру лучше понять вас. Позволяйте и

партнёру свободно выражать свои эмоции. Разберитесь в своих чувствах: определите, какие эмоции вы можете выразить и какие подавляете. Почему? Сообщение о своих переживаниях — это один из путей отстаивания своей позиции.

Управляйте своими эмоциями, не подавляйте их, но и не позволяйте им управлять вами. Выражая их, осознавайте пространство вокруг вас. Выразив эмоцию, спокойно дайте ей уйти. Не цепляйтесь за свой страх, обиду или боль. Если после полного и искреннего выражения своих эмоций, вы почувствуете себя неловко, можно отступить. Уступка не означает поражения, а даёт возможность продолжить диалог.

Гибкое и творческое отношение к ситуации — одно из условий управления конфликтом.

Учитесь чувствовать состояние другого, общую „атмосферу“ конфликта. Помните, что вы находитесь в общем поле, где каждый участник играет свою роль в общем процессе.

Будьте открыты к возможностям, которые могут появиться в процессе урегулирования конфликта.

Осознав стихание эмоций или потерю интереса к конфликту, признайтесь в этом. Выйдите из своей роли и буквально смените позицию – перейдите на другое место, посмотрите со стороны на конфликт, на себя и партнёра.

Что нового вы узнали о себе и создавшейся ситуации? Возможно, вам откроются новые варианты взаимоотношений.

Если вы сейчас захотите помочь партнёру, вернитесь в конфликт и займите его позицию. Делайте это искренне, спросите, чем можете ему помочь. Понаблюдайте за ним, постарайтесь почувствовать, что он испытывает сейчас. Помогите ему выразить свои чувства.

Принятие позиции своего оппонента помогает нам понять с какими сторонами себя мы сейчас в конфликте. Конфликтная ситуация возникает потому, что в нас самих есть то, что согласно с нашим противником. Поле организовывает конфликт, чтобы мы лучше поняли себя. И пока мы это не поймём, будем попадать в подобные конфликты или долго находиться в одной конфликтной ситуации.

Если вы смогли искренне проработать все моменты разрешения конфликта, он будет стихать или перейдёт на новый уровень, где проявятся другие проблемы и новые чувства. Проработайте и этот уровень.

Разрешение конфликта.

Если конфликт стихает, выходите из него. Простите себя и своего противника. Прощение освобождает, восстанавливает взаимоотношения, устраняет отрицательные эмоции. Найдите слова, правильно отражающие ситуацию, не унижающие вас и вашего партнёра.

Если человек скажет: „нет“, — это не ваша проблема. Вы делаете то, что правильно для вас.

Если совместные усилия не привели к разрешению конфликта, попробуйте решить проблему самостоятельно. Для этого представьте стороны конфликта как внутренние части своего „я“ и проработайте его.

Чтобы стать мастером управления конфликтами, необходимо развивать в себе восприимчивость. Это даёт возможность чувствовать намерения партнёра (противника), позволяя вести более конструктивный диалог. Для развития восприимчивости учитесь жить настоящим моментом — „здесь и теперь“. В настоящем человек уравновешен и открыт для нового, способен гибко реагировать на меняющуюся ситуацию.

Управление конфликтом доступно тому, кто умеет управлять собой. Научиться этому можно только через личный опыт, в процессе внутреннего роста.

Для подготовки к урегулированию межличностного конфликта можно воспользоваться помощью друга. Опишите ему как можно объективнее сложившуюся ситуацию. Попросите его сыграть роль вашего противника.

Ситуации из жизни. Как решить:

Девочка 12 лет увлеклась готической культурой: покрасила волосы, стала краситься в черных тонах, носить аксессуары (ошейники, кольца и т.д. готической моды), стала говорить о культе смерти и гулять со странными друзьями. Мама заметила это и стала ругаться с девочкой, запирать в квартире, несколько раз демонстративно мыла девочке лицо перед выходом из дома, постепенно подключились учителя и конфликт перерос в конфликт личности с группой. Девочка бросила школу и начала очень поздно приходить домой или вообще ночевать вне дома, а в конце концов уехала жить к старшему брату в другой город.

На работе новая сотрудница вызывает постоянное раздражение у более опытной сотрудницы с очень большим сажем работы в данном отделе. Коллеги(новый сотрудник и опытный сотрудник сидят рядом друг с другом и вынуждены постоянно работать вместе решая вопросы целый день. После трудового дня обе чувствуют неимоверную усталость, апатию, раздражение, на любое взаимодействие с социумом проявляют агрессию. Новая сотрудница заметила, что стала часто реагировать на критику слезами.

Ресурсы для обсуждения с детьми (возрастное ограничение регулирует педагог):

Мультфильм Pixar - Day & Night (День и ночь) (URL:https://www.youtube.com/watch?v=KUIvcqPP-Fs)

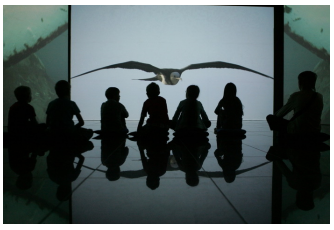
«Ералаш» № 43 «Сегодня будут танцы» (URL:https://www.youtube.com/watch?v=2BLuvSxT8to)

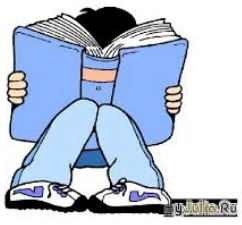
Книга «Отцы и дети» И. С. Тургенев

Фильм/книга Сьюзен Коллинз «Голодные игры» (все виды конфликта)

Фильм/ книга Роулинг «Гарри Поттер» (все виды конфликта)

Мультфильм «Мост» (URL:https://www.youtube.com/watch?v=P1900TBJ7q8)









Педагогические конфликты

В. А. Сухомлинский о конфликтах в школе писал**: «Конфликт между педагогом и ребенком, между учителем и родителями, педагогом и коллективом - большая беда школы. Чаще всего конфликт возникает тогда, когда учитель думает о ребенке несправедливо. Думайте о ребенке справедливо - и конфликтов не будет. Умение избежать конфликт - одна из составных частей педагогической мудрости учителя. Предупреждая конфликт, педагог не только сохраняет, но и создает воспитательную силу коллектива».**

Учащийся-педагог

Противоречия между педагогом и учащимися всегда отрицательно сказываются не только на взаимоотношениях, но и на эмоционально-психическом состоянии каждой из конфликтующих сторон. Не случайно в последнее время специалисты все чаще отмечают такое негативное явление в педагогической среде, как *“синдром психического выгорания”,*который чаще всего является следствием затяжного профессионального стресса.

Конфликты в педагогической деятельности надолго нарушают систему взаимоотношений между педагогом и учащимися, вызывают у педагога глубокое стрессовое состояние и неудовлетворенность своей работой. Такое состояние усугубляется сознанием того, что успех в педагогической деятельности зависит от поведения учащихся, что может привести к появлению состояния зависимости педагога от “милости” его воспитанников.

По мнению психолога М.М. Рыбаковой между педагогом и учащимися чаще всего встречаются следующие ***виды конфликтов***:

- ***конфликты деятельности***, возникающие по поводу успеваемости учащихся, выполнения ими учебных и внеучебных заданий;
- ***конфликты поведения (поступков),*** возникающие в связи с нарушением учащимися правил поведения в учебном заведении, чаще всего на занятиях, и за пределами учебного учреждения;

- ***конфликты отношений,*** возникающие в сфере эмоционально-личностных отношений учащихся и педагогов, в рамках их общения в процессе совместной педагогической деятельности.

Конфликты деятельности между педагогом и учащимися чаще всего проявляются в отказе учащегося выполнять учебное задание или связаны с плохим (недобросовестным) его выполнением. Это может происходить по различным причинам: *утомление, трудность в усвоении учебного материала, а иногда неудачное замечание педагога вместо конкретной помощи при затруднениях в работе.* Подобные конфликты чаще происходят с учащимися, испытывающими трудности в учебной деятельности, когда педагог ведет учебные занятия по своему предмету непродолжительное время, и отношения между ним и группой ограничиваются только учебной работой. В последнее время наблюдается увеличение числа таких конфликтов из-за того, что педагоги часто предъявляют завышенные требования к усвоению предмета, а оценки (отметки) используют как средство наказания тех, кто нарушает дисциплину или не выполняет предъявляемые требования. Эти ситуации часто становятся причиной ухода из учебных заведений разного уровня способных, самостоятельных и творчески мыслящих учащихся, а у остальных снижается интерес к познанию вообще.

Конфликты поступков в основном связаны с особенностями поведения отдельных учащихся как в *учебных*, так и во *внеучебных* ситуациях. *Педагогическая ситуация может привести к конфликту в том случае, если педагог ошибся при анализе поступка учащегося, не выяснил мотивы, сделал необоснованный вывод.* Один и тот же поступок может вызываться разными мотивами. Педагог часто корректирует поведение учащихся, оценивая их поступки при недостаточной информации об их подлинных причинах. Иногда он лишь догадывается о мотивах поступков, плохо знает отношения между своими воспитанниками, поэтому вполне возможны ошибки при оценке их поведения. Это вызывает вполне оправданное несогласие учащихся.

Конфликты отношений часто возникают в результате неумелого разрешения педагогом проблемных ситуаций и имеют, как правило, длительный характер. Эти конфликты приобретают личностный смысл, порождают длительную неприязнь учащегося к педагогу, надолго нарушают их взаимодействие.

Педагогические конфликты имеют свои ***особенности,*** которые отличают их от других конфликтов в сфере социального взаимодействия. Среди таких специфических характеристик можно выделить, *следующие:*

- **ответственность педагога за педагогически правильное разрешение проблемных ситуаций,** так как любое учебное заведение - это прежде всего доступная возрасту учащихся модель общества, где они усваивают нормы отношений между людьми;
- **участники конфликта имеют разный социальный статус** (педагог-учащийся), чем и определяется их поведение в конфликте;

- **разница в жизненном опыте участников** порождает разную степень ответственности за ошибки при разрешении конфликтов; различное понимание событий и их причин (конфликт “глазами педагога” и “глазами учащегося” видится по-разному), поэтому педагогу не всегда легко понять глубину переживаний учащегося, а учащемуся — справиться со своими отрицательными эмоциями и подчинить их разуму;
- **присутствие других учащихся в ситуации столкновения педагога и отдельного учащегося** делает их не просто свидетелями, а участниками конфликта, а конфликт приобретает воспитательный смысл и для них. Об этом всегда приходится помнить педагогу;
- **профессиональная позиция педагога** в конфликте с учащимся обязывает его взять на себя **инициативу в его разрешении** и на первое место суметь поставить интересы учащегося как формирующейся и зависящей от него личности;
- **всякая ошибка педагога при разрешении конфликта порождает новые,** в которые включаются другие учащиеся;
- конфликт в педагогической деятельности легче предупредить, чем разрешить.

Выполнение последнего правила во многом зависит от того, насколько глубоко и правильно педагог осознает истинные причины своих конфликтных отношений с учащимися. Нередко эти причины кроются в особенностях его личности, а также в уровне профессионально-педагогической компетентности, касающейся психологической подготовки педагога:

- ограниченные возможности педагога прогнозировать на учебных занятиях поведение учащихся. Неожиданность их поступков часто нарушает запланированный ход работы, вызывает у педагога раздражение и стремление любыми средствами убрать помехи. Недостаток информации о причинах случившегося затрудняет выбор оптимального поведения и соответствующего сложившейся обстановке тона обращения;
- свидетелями ситуации являются другие учащиеся, поэтому педагог стремится сохранить свой социальный статус любыми средствами и тем самым часто доводит ситуацию, до конфликтной;
- педагогом, как правило, оценивается не отдельный поступок учащегося, а его личность в целом (глобальная педагогическая оценка). Такая оценка часто определяет отношение к учащемуся других педагогов и сверстников.

Часто общение педагога с повзрослевшими или уже взрослыми учащимися продолжает строиться на тех же принципах, что и с воспитанниками младших возрастных категорий, обеспечивающих ему возможность требовать от них беспрекословного подчинения. Такой тип отношений не соответствует возрастным особенностям учащихся, которые в личностном плане стремятся занять равное с педагогом положение. Благополучное разрешение конфликта в такой ситуации невозможно без психологической готовности педагога перейти к новому типу

взаимоотношений с взрослеющими или взрослыми учащимися. Инициатором таких взаимоотношений должен быть педагог.

Основные ***рекомендации*** педагогам по управлению конфликтами с учащимися могут сводиться к следующим психологическим правилам:

- контролируя свои эмоции, быть объективным, дать возможность учащимся обосновать свои претензии, ***“выпустить пар”;***
- не приписывать учащемуся свое понимание его позиции, перейти на ***“я - высказывания*** (не “ты меня обманываешь” , а “я чувствую себя обманутым”);
- ***не оскорблять учащегося*** (есть слова, которые, прозвучав из уст педагога, наносят такой ущерб отношениям с учащимися, что все последующие “компенсирующие” действия не могут их исправить);
- стараться ***не удалять учащихся*** из учебного помещения за какие-либо проступки;
- по возможности ***не обращаться к административным*** мерам разрешения конфликтных ситуаций и не привлекать в качестве своих помощников представителей административных структур;
- ***не отвечать на агрессию агрессией*** (это принизит достоинство педагога в первую очередь), не затрагивать личности воспитанника, если дело касается только его конкретного действия или поступка. Давать не абстрактную, а конкретную оценку только его определенным действиям;
- дать себе и учащемуся ***право на ошибку***, не забывая о том, что “не ошибается только тот, кто ничего не делает”;
- независимо от результатов разрешения противоречия постараться ***не разрушить отношения с учащимся;***
- ***не бояться конфликтов***, брать на себя инициативу их конструктивного разрешения.
- “Опереться можно только на того, кто сопротивляется” Стендаль.

Конфликт “Учащийся-учащийся”

Косвенно педагог всегда втянут в конфликтные отношения между учащимися и обязан участвовать в их разрешении.

Причины конфликтных ситуаций в классе:

Атмосфера соперничества; вражды, нетерпимости, недоверия, неумение общаться, неадекватность выражения эмоций, отсутствие навыков разрешения конфликтов, злоупотребление властью со стороны педагогов.

Сами конфликты в педагогическом процессе можно разделить на три вида.

Первый - ***конфликты, возникающие из-за недостатка ресурсов*** (чего-то не хватает на всех: учебных пособий, внимания педагога, дружбы сверстников). Такие ситуации уладить легче всего.

Второй - ***конфликты, связанные с желаниями, стремлениями, потребностями*** (включая стремление к власти, дружбе, самоутверждению, достижению), которые приходят в противоречие с желаниями других людей. С этими конфликтами справиться труднее, так как причины их скрыты.

Третий - ***конфликты между личностными ценностями***. Это самый трудный случай. Когда ставятся под сомнение наши ценности, мы ощущаем это как угрозу смыслу своей жизни и становимся совершенно нетерпимыми (необязательно считать, что речь при этом идет о религиозных или политических взглядах). Конфликты между целями относятся к той же категории. У каждого человека есть какие-то цели; наши старания достигнуть цели отражают ее ценность для нас. Когда вступают в противоречие цели разных людей, достичь согласия нелегко.

Как распознать какой именно конфликт происходит? Например, учащиеся обсуждают какую-то захватывающую проблему и спорят, кому из них высказываться первому. Что это - борьба за власть или за ресурс, т. е. право первого голоса? Возможно, то и другое. Но разрешить конфликт можно только тогда, когда ясна его суть.

Американский педагог-исследователь В. Крайдлер предлагает такую “формулу конфликта”. **Два (или более) человека вступают во взаимодействие и ощущают несовместимые отличия друг от друга или угрозу своим ресурсам, возможностям, потребностям, ценностям. В ответ изменяется их поведение. В этом - суть любого конфликта.**

При возникновении конфликта особое внимание следует обратить на обстоятельства, его усиливающие. Среди таковых можно выделить:

- если в поведении участников преобладают отрицательные эмоции (гнев, фрустрация и др.);
- если усилится ощущение угрозы;
- если в конфликт окажутся втянутыми другие люди;
- если учащиеся до конфликта не были дружны;
- если учащиеся не владеют навыками общения и решения конфликтов.

Наиболее распространены среди учащихся ***конфликты лидерства***, в которых отражается борьба двух-трех лидеров и их группировок за первенство в своей учебной группе. Например, в средних классах общеобразовательной школы часто конфликтуют между собой группа мальчиков и группа девочек. Может обозначиться конфликт трех-четырех подростков с целым классом или вспыхнуть конфликтное противостояние одного учащегося и всего класса. По наблюдениям психологов (О.Ситковская, О. Михайлова), путь к лидерству, особенно в подростковой среде,

связан с демонстрацией превосходства, цинизма, жестокости, безжалостности. Детская жестокость - явление общеизвестное. Один из парадоксов мировой педагогики заключается в том, что ребенок гораздо больше взрослого подвержен соблазну стадности, немотивированной жестокости, травли себе подобных. К сожалению, в последнее время подобное негативное явление стало все чаще встречаться и в детской, и в подростково-молодежной среде.

Кроме того, было подтверждено, что конфликтные юноши воспитывались, как правило, родителями, применявшими по отношению к ним физическое насилие (А. Бандура), поэтому ряд исследователей считают *наказание* моделью конфликтного поведения личности (Л. Джавинен, С. Ларсенс). **Не злоупотребляйте наказаниями!**

Конфликты в среде учащихся обусловлены важной особенностью возраста и социального статуса: с одной стороны, учащиеся считают себя взрослыми и пытаются вести соответствующим образом, а с другой, находятся в полной или частичной материальной зависимости от своих родителей. Это не позволяет им обрести равное положение со взрослыми, поэтому в среде сверстников они пытаются компенсировать свою неудовлетворенность занимаемым положением и агрессивными формами поведения, демонстрируя свою взрослость перед теми, кто в физическом или личностном плане слабее их. Как и любые конфликты, возникающие в малых группах, конфликты в среде учащихся полностью изжить практически невозможно. Усилия педагога должны быть в первую очередь направлены на то, чтобы предотвратить конфликтные взаимоотношения учащихся. Заметную роль в этом может сыграть ***дисциплина*** - умение обеспечить каждому учащемуся необходимую для его полноценного развития свободу в рамках разумного подчинения порядку.

Большое влияние на конфликтное поведение учащихся оказывает ***личность педагога***. Ее воздействие может проявляться в различных аспектах.

Во-первых, ***стиль взаимодействия*** педагога с другими учащимися служит примером для воспроизводства во взаимоотношениях со сверстниками. Исследования показывают, что стиль общения и педагогический такт первого педагога (учителя) оказывают заметное влияние на формирование межличностных отношений учащихся. Личностный стиль и педагогическая тактика *“сотрудничество”* обусловливают наиболее бесконфликтные отношения учащихся друг с другом.

Во-вторых, ***педагог обязан вмешиваться в конфликты учащихся, регулировать их***. Это, не означает их подавление. В зависимости от ситуации может быть необходимо административное вмешательство, а может быть — просто добрый совет. Что нужно для того, чтобы не дать разгореться конфликту? **Самое главное - сосредоточиться на проблеме, а не на участниках; погасить проявление отрицательных эмоций и устранить ощущение угрозы, объективно разобраться конфликтной ситуации**.

Не забывайте включать конфликтующих в совместную интересную деятельность.

Создавать ситуации успеха «белым воронам».

Выражайте недовольство действиями ребенка, но не самим ребенком

Создайте ситуацию переноса, если ребенок в начальной школе или младше, особенно действенно (что я чувствую когда ты так делаешь).

Реально возникающий конфликт между педагогом и учеником можно проанализировать на трех уровнях:

- с точки зрения объективных особенностей организации учебно-воспитательного процесса в школе;
- с точки зрения социально-психологических особенностей класса, педагогического коллектива, конкретных межличностных отношений учителя и ученика;
- с точки зрения возрастных, половых, индивидуально-психологических особенностей его участников.

Конфликт может считаться продуктивно разрешенным, если налицо реальные объективные и субъективные изменения в условиях и организации всего образовательного процесса, в системе коллективных норм и правил, в позитивных установках субъектов этого процесса по отношению к друг другу, в готовности к конструктивному поведению в будущих конфликтах.

Реальный механизм установления нормальных отношений видится в снижении количества и накала конфликтов путем перевода их в педагогическую ситуацию, когда не нарушается взаимодействие в педагогическом процессе, хотя такая работа связана с определенными трудностями для учителя.

В социальной психологии и педагогике выделено пять типов отношений:

- *отношения диктата* – строгая дисциплина, четкие требования к порядку, к знаниям при официально-деловом общении;
- *отношения нейтралитета* – свободное общение с учениками на интеллектуально – познавательном уровне, увлеченность учителя своим предметом, эрудированность;
- *отношения опеки* – забота до навязчивости, боязнь всякой самостоятельности, постоянный контакт с родителями;
- *отношения конфронтации* – скрытая неприязнь к ученикам, постоянное недовольство работой по предмету; пренебрежительно деловой тон в общении;
- *отношения сотрудничества* – соучастие во всех делах, интерес друг к другу, оптимизм и взаимное доверие в общении.

Говорить с ребенком намного труднее, чем со взрослым; для этого надо уметь адекватно оценивать по внешним проявлениям его противоречивый внутренний мир, предвидеть его

возможную ответную эмоциональную реакцию на обращенное к нему слово, его чувствительность к фальши в общении со взрослыми. Слово педагога обретает убедительную силу воздействия лишь в том случае, если он хорошо знает ученика, проявил к нему внимание, в чем-то помог ему, т.е. установил с ним соответствующие отношения через совместную деятельность. Между тем начинающие учителя склонны считать, что их слово само по себе должно привести ребенка к послушанию и принятию их требований и установок.

Для принятия правильного решения педагогу часто недостает времени и информации, он видит факт нарушения хода урока, но ему трудно понять, чем это вызвано, что этому предшествовало, что приводит к неправильному толкованию поступков. Подростки, как правило, более информированы о причинах происходящего обычно об этом молчат, а при попытке объяснить учителю, внести ясность, тот нередко останавливает их (“Сам разберусь”). Учителю трудно принять новую информацию, противоречащую сложившимся у него стереотипам, изменить отношение к случившемуся и свою позицию.

Объективными причинами возникновения конфликтов на уроке могут быть: а) утомление учащихся; б) конфликты на предыдущем уроке; в) ответственная контрольная работа; г) ссора на перемене, настроение учителя; д) его умение или неумение организовать работу на уроке; е) состояние здоровья и личностные качества.

Конфликт часто вырастает из стремления учителя утвердить свою педагогическую позицию, а также от протеста ученика против несправедливого наказания, неправильной оценки его деятельности, поступка. Правильно реагируя на поведение подростка, педагог берет ситуацию под свой контроль и тем самым восстанавливает порядок. Поспешность в оценках происходящего нередко к ошибкам, вызывает возмущение у учеников несправедливостью, вызывает к жизни конфликт.

Конфликтные ситуации на уроках, особенно в подростковых классах, большинством признаются типичными, закономерными. Для их разрешения учителю надо уметь организовать коллективную учебную деятельность учащихся подросткового возраста, усиливая деловую взаимосвязь между ними; дело доходит до конфликта, как правило, с учеником, плохо успевающим, “трудным” по поведению. Нельзя наказывать за поведение плохими отметками по предмету – это ведет к затяжному личностному конфликту с учителем. Для того, чтобы конфликтная ситуация была успешно преодолена, она должна быть подвергнута психологическому анализу. Его основной целью является создание достаточной информационной основы для принятия психологически обоснованного решения в условиях возникшей ситуации. Торопливая реакция учителя, как правило, вызывает импульсивный ответ ученика, приводит к обмену “словесными ударами”, и ситуация становится конфликтной.

Психологический анализ также используется для переключения внимания с возмущения поступком ученика на его личность и ее проявление в деятельности, поступках, отношениях.

Существенную помощь социальному педагогу может оказать прогнозирование ответных реакций и действий учеников в конфликтных ситуациях. На это указывали многие педагоги-исследователи (Б.С.Гершунский, В.И.Загвязинский, Н.Н.Лобанова, М.И.Поташник, М.М.Рыбакова, Л.Ф.Спирин и др.). Так, М.М.Поташник рекомендует либо вынужденно примеряться, приспосабливаться к ситуации, либо сознательно и целенаправленно влиять на нее, т.е. творить новое.

М.М.Рыбакова предлагает учитывать ответные реакции учащихся в конфликтных ситуаций следующим образом:

- описание возникшей ситуации, конфликта, поступка (участники, причина и место возникновения, деятельность участников и т.д.);
- возрастные и индивидуальные особенности участников конфликтной ситуации;
- ситуация глазами ученика и учителя;
- личностная позиция учителя в возникшей ситуации, реальные цели учителя при взаимодействии с учеником;
- новая информация об учениках, оказавшихся в ситуации;
- варианты погашения, предупреждения и разрешения ситуации, корректировка поведения учащихся;
- выбор средств и приемов педагогического воздействия и определение конкретных участников реализации поставленных целей в настоящее время и на перспективу.

Ситуации из жизни. Как решить:

- невыполнение учебных поручений в связи с отсутствием умения, знания мотива *(изменить формы работы с данным учеником, стиля преподавания, коррекция уровня "трудности" материала и др.);*
- неправильное выполнение учебных поручений *(скорректировать оценку результатов и хода преподавания с учетом выясненной причины неправильного усвоения информации);*
- эмоциональное неприятие учителя *(изменить стиль общения с данным учеником)*;
- эмоциональная неуравновешенность учащихся *(смягчить тон, стиль общения, предложить помощь, переключить внимание остальных учащихся).*

Два подростка не поделили последнюю парту в классе, и произошла драка, после, которой мальчики стали цепляться друг к другу по любой мелочи и находить поводы, для ссор втягивая в конфликт ребят класса, каждый на свою сторону.

В разрешении конфликта многое зависит от самого педагога. Иногда следует прибегнуть к самоанализу для того, чтобы лучше осознать происходящее и попытаться положить начало

переменам, тем самым проведя границу между подчеркнутым самоутверждением и самокритичным отношением к себе.

! Ресурсы для обсуждения с детьми (возрастное ограничение регулирует педагог) *в случае межгрупповых и конфликтах группа личность и педагогических конфликтах***:**

Мультфильм "Конфликт"студии «Союзмультфильм», снят в 1983 году

(URL: https://www.youtube.com/watch?v=_sxandBFAkY) – межгрупповой.

Фильм/книга Владимира Железнякова «Чучело» личность и группа

Фильм «Мост в Терабитию» - личность и группа

Книга «451° по Фаренгейту» Рэй Брэдбери – личность и группа (не школьный)

Фильм «Розыгрыш» - две экранизации на выбор учителя (возрастные ограничения! Фильм «Матильда» - школьные. Фильм «Хористы»

Киноклуб как форма работы с подростками

Кино – это способ донести до ребенка важные мысли в метафоричной форме;

повод задуматься;

неформальная обстановка в работе;

большие и во многом еще неизведанные возможности.

Целесообразность проведения занятий в форме дискуссионного киноклуба состоит, с одной стороны, в организации неформального общения между старшеклассниками и педагогом (а это важно как для установления и поддержания контакта между детьми и педагогом, так и для личностного развития детей). С другой стороны, подросткам предоставляется возможность сформулировать собственный взгляд на многие довольно сложные сферы жизни взрослых, возможность увидеть другие точки зрения, сравнить их, подтвердить или скорректировать собственный взгляд на жизнь и свое место в ней.

Просмотр фильмов в группе и совместное обсуждение позволяет решать множество задач:

Развитие психологической компетентности: знакомство с различными социальными типажами (типы темперамента, социальные роли и т.д.) и обучение взаимодействию с ними.

Развитие эмоциональной сферы. Обучение участников навыкам эмпатии, определения собственных чувств (рефлексии) и эмоциональных состояний партнера по общению (или киногероя).

Развитие навыков решения проблем. Работа с фильмом позволяет увидеть, что существует большое количество способов решения какой-либо проблемы, расширить поведенческий репертуар участников группы.

Снятие стресса. Фильм и его анализ позволяет снять эмоциональное напряжение, а также обучает навыкам релаксации и спонтанности в поведении.

Важными этапами проведения занятия являются обсуждение увиденного фильма, самоанализ.

Цели обсуждения фильмов в группе во время и после просмотра:

Эмоциональное отреагирование участниками актуальных на данный момент жизни чувств и переживаний.

Осознание и переосмысление своих целей и потребностей, действий, чувств, важных для позитивного построения собственной жизни.

Развитие способности анализировать ситуации и быть честными перед самими собой в своих чувствах и поступках. Это необходимо, чтобы самому управлять своей жизнью.

Развитие способностей к сопереживанию.

Следует оговориться: не всякое кино, на мой взгляд, полезно показывать подросткам.

Выбирая фильмы для работы киноклуба я исходила из нескольких положения:

фильм должен затрагивать актуальную для подростков тему

фильм должен быть интересным

фильм должен быть не слишком длинным и довольно динамичным

фильм не должен быть жестоким, банальным, "затертым" показами по телевизору

При подборе фильмов я провела довольно большую работу - провела опросы на форумах в Интернете среди как подростков, так и взрослых. Вопросы, которые задавались, были довольно просты: "Какой фильм произвел на вас наибольшее впечатление и почему? Какой фильм что-то дал вам с точки зрения жизненного опыта? Какой фильм вы порекомендовали бы посмотреть своим друзьям / своим детям и почему?" По результатам опроса были отобраны более 70 фильмов.

Частично список фильмов, а также краткие аннотации и перечень затрагиваемых в них тем, будет приведен в конце статьи. Некоторые фильмы из этого списка довольно тяжелые в эмоциональном плане, поэтому ведущий должен оценить предполагаемую аудиторию на предмет эмоциональной стабильности и продумать методики выведения группы из чрезмерно негативного эмоционального состояния после фильма.

Как самостоятельно выбрать фильм для просмотра? Фильм должен отвечать определенным требованиям :

Тематика фильма должна быть интересна учащимся, быть созвучна заявленному содержанию занятия. Желательно, чтобы тематика фильма работала на основную цель — способствовать повышению социальной компетентности. Поэтому важно, чтобы фильм был не только интересен, но и понятен, отражал жизнь людей.

Перед встречей ведущий должен сам несколько раз посмотреть фильм, наметить возможные темы для дискуссии, оценить актуальность и доступность фильма для ребят.

Любого человека волнуют фильмы, которые эмоционально созвучны внутреннему запросу.

Проводя обсуждение, ведущий должен учитывать индивидуальные особенности ребят, различия в уровне развития, возраст.

Важно учитывать продолжительность просмотра и время, оставленное для обсуждения. Как показывает опыт, умело выбранный фильм позволяет многократно возвращаться к обсуждению и просмотру, никого не оставляя равнодушным.

Просматривая фильм, важно особое внимание уделить тому, есть ли в фильме сцены, не предназначенные для показа подросткам (жестокость, насилие, секс, употребление наркотиков, ненормативная лексика). Часто информацию о возрастных ограничениях можно увидеть на обложке видеокассеты, но все же ведущему лучше проверить это самому. Показ фильма, содержащего в себе подобные сцены, может вызвать серьезные проблемы — как для подростков, так и ведущих.

Важно быть очень внимательными с этим пунктом и воздержаться от показа такого фильма. Если все-таки фильм показывается, то любые агрессивные сцены требуют серьезного обсуждения с участниками, к которому ведущему важно быть готовым и, если необходимо, самому стимулировать это обсуждение.

Работа с фильмом осуществляется довольно просто - мы делаем "стоп-кадры" на ключевых, переломных, спорных сценах и обсуждаем с детьми, что именно произошло в сцене, почему герои поступили так, а не иначе, в какую сторону будет разворачиваться сюжет в дальнейшем и т.п.

К такой форме работы я пришла, поняв на собственном опыте, что если смотреть фильм целиком, а затем его обсуждать, есть риск, что какие-то события уже забудутся, а какие-то - просто останутся незамеченными. Кроме того, очень часто после просмотра фильма у подростков так много впечатлений и эмоций, что провести полноценный анализ увиденного затруднительно.

При этом важно учитывать, что работа в форме киноклуба требует активного участия ведущего. Его задача – не просто организовать совместный просмотр фильма с подростками, но и обсудить волнующие их темы. Важно, чтобы ребята чувствовали себя свободно и раскованно, могли высказывать свои мысли вслух, получать вовремя обратную связь от ведущего.

И еще раз напомню. Прежде чем показывать фильм детям, посмотрите его сами! С одной стороны, это гарантирует, что вы случайно не покажете детям "не тот" фильм. С другой - вы будете знать, в каком месте делать "стоп-кадр" и о чем заводить разговор. А с третьей - в таком случае у вас будет возможность следить не за сюжетом фильма, а за вашими детьми. Поверьте, очень интересно наблюдать за ними в этот момент.

Перечень фильмов, отобранных для просмотра друг к другу.

Рекомендуемая литература:

Баженова Л.М. Азбука кино. / Программы дополнительного художественного образования детей. – М., «Просвещение», 2005 г.

Франко Г.Ю. Искусство кино и отечественная культура. / Программы дополнительного художественного образования детей. – М., «Просвещение», 2005 г.

Коблик Е.Г. Повышение социальной компетентности детей и подростков: Фильмотека. – М., «Генезис», 2006

Интересная литература по конфликтологии:

- Г. Зиммель « Теория социального конфликта»

- Корнелиус Хелена, Фэйр Шошона «Выйграть может каждый»

Тренинг общения. Профилактика и разрешение конфликтов.

1.3 Игры тренинга общения

Цель: формирование навыков и умений общения с разными группами людей. Основной принцип тренинга – освоение активного стиля общения; совершенствование умений эффективного общения; формирование стиля доверительного общения; отработка навыков понимания окружающих людей
Общение людей 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.

Также она может быть вызвана недостаточным самоконтролем, например, из-за неумения справиться с перевозбуждением, импульсивностью, агрессией и т. д. Каждый из нас учится ему в ходе всей своей жизни, приобретая опыт, который часто строится на ошибках и разочарованиях. Можно ли научиться общению, не используя для этого только свой реальный опыт? Да, и сделать это при помощи игры. Игра – это модель жизненной ситуации, в частности общения, в процессе которой человек приобретает определенный опыт. Кроме того, совершая ошибки в искусственной ситуации общения, человек не чувствует той ответственности, которая в реальной жизни неизбежна. Это дает возможность больше пробовать, проявлять творчество, искать более эффективные формы взаимодействия друг с другом и не бояться "поражения". Позитивным моментом игровых упражнений является возможность получить оценку своего поведения со стороны, сравнить себя с окружающими и скорректировать свое общение в следующих ситуациях. Следует помнить, что намного легче заметить ошибки, неточности в общении своих близких, сотрудников, руководителей, чем свои собственные.
Предлагаемый тренинг способствует овладению приемами эффективного общения через игровые компоненты и технику активного слушания.

1. "Аборигены и инопланетяне" Группа делится пополам. Первая подгруппа выходит за двери, вторая рассаживается на стульях полукругом. Это аборигены. Вышедшие за двери, – инопланетяне, которым надо вступить в контакт с аборигенами и узнать как можно больше об их планете. Аборигены плохо знают язык и могут отвечать только односложно. Инопланетяне строят свои вопросы так, чтобы получить как можно больше информации об особенностях общения аборигенов.

Инструкция для аборигенов: "Когда инопланетяне выйдут за дверь: "Кивок головой, обозначает "нет". Слово "нет" обозначает "да". Слова "да" в речи – "нет". Если в вопросе содержится слово "любовь", "любить", то аборигены выбрасывают вперед руку, показывая "класс". Входят инопланетяне, садятся напротив. Время на вопросы-ответы 10 – минут. Когда время истекло, инопланетяне рассказывают, о чем они узнали от аборигенов и об особенностях их общения. По окончании игры сесть в общий круг через одного и отрефлексировать.
2. Список качеств, важных для общения Среди множества качеств, характеризующих человека во всех его проявлениях, есть такие, которые относят к качествам, крайне необходимым и важным для эффективного общения людей.

Инструкция: "На первом этапе (5 минут) вы должны самостоятельно и индивидуально составить список качеств, важных для общения. Чем больше их вы включите в этот список, тем интереснее будет работать на втором этапе. При составлении списка постарайтесь представить себе общительного человека. Каким он должен быть? Чем он отличается от других людей? Одним словом, нарисовать ваш образ общительного человека. Вспомните литературных героев, своих знакомых и т.д. Может быть, это поможет составить перечень качеств, важных для приятного и продуктивного общения.

На втором этапе мы проведем дискуссию, основная цель которой – выработать общий список качеств, важных для общения. При этом любой может высказать свое мнение, разумеется, аргументируя его, приводя примеры, иллюстрирующие, как и когда эти качества помогали преодолеть то или иное препятствие, улучшить отношения с окружающими. Названные качества включаются в общий список большинством голосов, который оформляется на доске (табло) или большом листе бумаги.

На третьем этапе каждый участник записывает в свой листок только что составленный общий список качеств, важных для общения. Он может иметь следующий вид: Список качеств, важных для общения:

- Умение слушать;
- Тактичность;
- Умение убеждать;
- Интуиция;
- Наблюдательность;
- Душевность;
- Энергичность;
- Открытость.

Затем каждый из участников по 10-бальной шкале оценивает наличие у себя, перечисленных качеств"

3. "Воздушный шар" ***Инструкция*****:** "Прошу всех сесть в большой круг и внимательно выслушать информацию. Представьте себе, что вы экипаж научной экспедиции, которая возвращается на воздушном шаре после выполнения научных изысканий. Вы осуществляли аэрофотосъемку необитаемых островов. Вся работа выполнена успешно. Вы уже готовитесь к встрече с родными и близкими, летите над океаном и до земли 500 – 550 км. Произошло непредвиденное – в оболочке воздушного шара по неизвестным причинам образовалось отверстие, через которое выходит газ, заполнявший оболочку. Шар начинает стремительно снижаться. Выброшены за борт все мешки с балластом (песком), которые были припасены на этот случай в гондоле воздушного шара. На некоторое время падение замедлилось, но не прекратилось. Вот перечень предметов и вещей, которые остались в корзине шара:

№	Наименование	Кол-во
1	Канат	50м
2	Аптечка с медикаментами	5 кг
3	Компас гидравлический	6 кг
4	Консервы мясные и рыбные	20кг
5	Секстант для определения местонахождения по звездам	5 кг
6	Винтовка с оптическим прицелом и запасом патронов	25 кг
7	Конфеты разные	20 кг
8	Спальные мешки (по одному на каждого члена экипажа)	
9	Ракетница с комплектом сигнальных ракет	8 кг
10	Палатка 10-местная	20кг
11	Баллон с кислородом	50кг
12	Комплект географических карт	25 кг
13	Канистра с питьевой водой	20л
14	Транзисторный радиоприемник	3 кг
15	Лодка резиновая надувная	25 кг

Через 5 минут шар стал падать с прежней, очень большой скоростью. Весь экипаж собрался в центре корзины для того, чтобы обсудить создавшееся положение. Нужно принимать решение, что и в какой последовательности выбрасывать за борт. Ваша задача – решить вопрос о том, что и в какой последовательности следует выбросить. Но сначала примите это решение самостоятельно. Для этого нужно взять лист бумаги, переписать список предметов и вещей, а затем с правой стороны рядом с каждым наименованием поставить порядковый номер, соответствующий значимости предмета, рассудив примерно так: "На первое место я поставлю комплект карт, поскольку он совсем не нужен, на второе – баллон с кислородом, на третье – конфеты и т.д.". При определении значимости предметов и вещей, т.е. очередности, с какой вы будете от них избавляться, нужно иметь в виду, что выбрасывается все, а не часть, т.е. все конфеты, а не половина. Когда вы примите индивидуальное решение, нужно собраться в центр (в круг) и приступить к выработке группового решения, руководствуясь следующими правилами:

1) высказать свое мнение может любой член экипажа;
2) количество высказываний одного человека не ограничивается;

3) решение принимается, когда за него проголосуют все члены экипажа без исключения;
4) если хотя бы один возражает против принятия данного решения, оно не принимается, и группа должна искать иной выход;

5) решения должны быть приняты в отношении всего перечня предметов и вещей.
Время, которое есть в распоряжении экипажа, неизвестно. Сколько еще будет продолжаться падение? Во многом это зависит от того, как быстро вы будете принимать решения. Если экипаж единогласно проголосует за то, чтобы выкинуть какой-то предмет, он считается выброшенным, и это может замедлить падение шара.
Я желаю вам успешной работы. Главное – остаться в живых. Если не сможете договориться, вы разобьетесь. Помните об этом!"

Рекомендации ведущему. Следует очень подробно объяснить участникам все правила и описать ситуацию, в которой оказался экипаж. При этом можно проявить собственную фантазию, исходя из особенностей состава группы. Нужно ответить на все вопросы, но не подсказывать выход из создавшегося положения. Его должны найти сами учащиеся. Во время работы ведущий не вмешивается в процесс обсуждения и не отвечает на вопросы участников, а только следит за выполнением правил, особенно за голосованием.
Время на игру: 20 – 25 минут. Но можно и увеличить время, если группа очень вяло включается в обсуждение, особенно на начальном этапе. Можно сократить время до 17 – 18 минут, если она сразу очень активно включилась в работу. Если группа сумела принять все 15 решений при 100 %-ном голосовании, надо поздравить участников и попросить их подумать над причинами успешного выхода из столь критической ситуации.
Если они не смогли принять за отведенное время все 15 решений, то ведущий объявляет, что экипаж разбился, и просит подумать над причинами, которые привели к этой катастрофе. Анализ результатов и хода игры можно провести сразу после ее окончания, можно и на следующем занятии, дав возможность более глубоко разобраться в причинах удачи или неудачи, проанализировать ошибки и попытаться прийти к общему мнению.
4. "Дар убеждения" Вызываются два участника. Каждому из них ведущий дает спичечный коробок, в одном из которых лежит цветная бумажка. После того, как оба участника выяснили, у кого из них в коробке лежит бумажка – каждый начинает доказывать "публике" то, что именно у него в коробке лежит бумажка. Задача публики решить путем консенсуса, у кого же именно лежит в коробке бумажка. В случае, если "публика" ошиблась – ведущий придумывает ей наказание (например, на протяжении одной минуты попрыгать).
Во время обсуждения важно проанализировать те случаи, когда "публика" ошибалась – какие вербальные и невербальные компоненты заставили ее поверить в ложь.

5. "Я в тебе уверен" Участники объединяются в пары и садятся напротив друг друга. Каждый по очереди высказывается, начиная фразу словами: "Я уверен, что ты…" (например: я уверен, что ты не скажешь обо мне плохо).

6. "Чувствительность к группе" Выбираются 2 человека, которые уходят за дверь. Остальные участники разбиваются на тройки, которые будут изображать желание принять к себе ушедших участников. Вышедшие должны определить, какая из групп хочет их принять.
7. "Чувствительность к состоянию другого" Один из участников выходит за дверь. Он должен будет определить, кто отличается от группы и чем. Оставшиеся участники задумывают полярные состояния (внимание – равнодушие, злость – радость), Группа выбирает одно состояние, а один из оставшихся участников – другое. Водящий должен определить, кто это.
8. "Геометрические фигуры" За определенное время нужно построить геометрическую фигуру из всех участников группы. Прямоугольник – за 12 сек. Квадрат – за 10 секунд Треугольник – за 8 секунд. Ромб – за 6 секунд Круг – за 3 секунды.

9."Пожар" Всем участникам группы раздаются листочки, на которых написано, какие роли они будут играть. Одна роль (пожарный) встречается 2 раза.

Инструкция: "Вы сейчас выйдете из зала и пройдетесь по этажу (зданию). Я не знаю, что там происходит, что там изменилось. Ваша задача – увидеть происходящее глазами исполнителя роли. Вернувшись на место, вы в письме или в рассказе опишете увиденное. В вашем тексте не должны использоваться специальные термины, прямо указывающие на причастность к той или иной роли. После этого каждый зачитает написанное вслух, а все остальные попытаются определить роль этого человека". Перечень ролей:

Директор гимназии

Художник

Девушка 16 лет Архитектор

Юноша 16 лет Медсестра

Пожарный (2 человека) Террорист

Композитор Поэт

Зубной врач Парикмахер

Продавец коммерческого ларька Повар

Директор гостиницы

Инспектор по делам несовершеннолетних

Участники выходят из зала, ведущий в этот момент вывешивает плакат с перечнем ролей. Время на путешествие по зданию и написание текста специально не оговаривается. Объем текста – любой. Когда первый участник начинает читать написанное, все остальные на чистых листочках пишут его имя, а рядом – предполагаемую роль. Если кто-то не может кого-нибудь определить, он ничего не пишет напротив имени. Имена с ролями желательно писать в столбик. После того как зачитаны все рассказы, ведущий называет имя первого участника, остальные по очереди называют его предполагаемую роль. Последним свою роль говорит он сам. И так далее.

Обсуждение: Кто как себя чувствовал в роли? Были ли какие-то открытия? Что было сложно, что – легко? Насколько разным оказалось восприятие?

10."Побег" Ведущий сообщает группе, что половина участников группы попала в плен к "террористам" и стала "заложниками". Но оставшиеся игроки не теряли времени даром и подготовили побег. "Заложникам" нужно сообщить план побега. Так как все они находятся в разных местах, к каждому посылается отдельный игрок сообщить план побега. Естественно, план у каждого свой. Сообщить план побега необходимо только жестами, так как кричать вслух небезопасно: может услышать охрана. Делать это нужно достаточно быстро, в течение 1 – 2 минут, поскольку существует риск быть замеченными "террористами". (Работа идет в парах одновременно.) После окончания сообщений каждый "заложник" по очереди рассказывает всем о том плане побега, который был подготовлен для него. После рассказа каждого "заложника" свой вариант рассказывает тот, кто готовил этот план. Рассказы сопоставляются. Если они в основных деталях совпадают, то "заложник" считается освобожденным, если нет – остается в плену. **11. "Вопросы"** Участники разбиваются на пары и садятся напротив друг друга. Один из партнеров в каждой паре закрывает глаза и в течение 1 – 2-х минут старается достичь максимального расслабления. Второй партнер заговаривает с первым. Задача первого: отвечать на все вопросы и реплики второго, сохраняя при этом максимальную общую расслабленность. Задача второго: создать для расслабившегося игрока напряженную ситуацию и вывести его из релаксационного состояния. Поменяться ролями. Провести обсуждение в кругу. **12. "Выход из контакта"** Участники разбиваются на пары. Один из партнеров исполняет роль назойливого знакомого, который стремится, как можно дольше поддержать разговор. Второй – спешит, однако его задача: достойно выйти из контакта. Поменяться ролями. Обсудить в кругу, кто из участников нашел наиболее удачный выход из контакта.

13. "Переводчик" Участники делятся на пары. Одному из игроков в паре дается задание: рассказать о себе нечто достаточно длинное. Его партнеру – другое задание: внимательно слушать визави и одновременно делать мысленно краткий, лаконичный и точный пересказ его речи так, как если бы это был синхронный перевод с иностранного языка. В процессе слушания переводчик имеет право останавливать повествование, когда почувствует, что "пора переводить", после чего он переводит своими словами только что услышанное. Затем рассказ продолжается. В заключение рассказчик говорит о том, насколько он удовлетворен "переводом", насколько правильно воспринимались и пересказывались его мысли. Обменявшись, мнениями партнеры меняются ролями.

1.4. Разрешение и профилактика конфликтов

Цель: понимание природы конфликта, формирование отношения к конфликтам, как к новым возможностям творчества и самосовершенствования. Развитие способности адекватного реагирования на конфликтные различные ситуации. Отработка навыков "я–высказываний", способствующих разрешению конфликтных ситуаций, демонстрация стиля сотрудничества как

одного из основных элементов в профилактике разрешения конфликтов, выявление факторов эффективного общения, способствующих достижению взаимопонимания между участниками, позитивное утверждение личности.

Люди часто представляют конфликт как борьбу между двумя сторонами, сражающимися за победу. Никто не может избежать конфликтов – они занимают важное место в нашей жизни. Однако гораздо эффективней воспринимать конфликт, как проблему, в решении которой принимают участие обе стороны. Конфликт может быть использован для открытия альтернативных возможностей и поиска перспектив для взаимного роста.

Существует три основных навыка решения конфликтов и построения мирных взаимоотношений: ободрение, общение и сотрудничество. Ободрение означает уважение лучших качеств партнера по конфликту. Общение включает в себя умение слушать партнера так, чтобы это помогло понять, из-за чего возник конфликт, что для него наиболее, важно, и что он намерен сделать, чтобы разрешить конфликт, и умение дать такую же информацию с вашей точки зрения, при этом, воздерживаясь от использования слов, способных вызвать гнев и недоверие. Сотрудничество строится на предоставлении другому слова, признании способностей другого, сведение идей воедино, без доминирования кого-либо, поиске консенсуса, взаимной поддержке и взаимопомощи.

1. "Что такое конфликт" Участникам предлагается написать на небольших листах определения конфликта ("Конфликт – это..."). После этого в импровизированную "корзину конфликтов" (коробка, мешок, шапка, сумка) складываются листки с ответами и перемешиваются. Ведущий подходит по очереди к каждому участнику, предлагая взять один из листков и прочитать написанное. Таким образом, можно выйти на определение конфликта.

2. Работа в микрогруппах Для формирования микрогрупп по 5 – 6 человек предлагается следующий игровой вариант. Заранее заготавливаются цветные жетоны, (количество жетонов определяется количеством игроков, количество цветов жетонов – количеством микрогрупп). Участникам предоставляется возможность выбрать жетон любого цвета. Тем самым в соответствии с выбранным жетоном формируются микрогруппы участников с жетонами одинакового цвета. Например, микрогруппа участников с красными жетонами, микрогруппа участников с желтыми жетонами и т. д. Задача участников на этом этапе – определить в своих микрогруппах причины возникновения конфликтов. После работы в микрогруппах участники объединяются для обсуждения наработок. Высказанные мысли с некоторой редакцией записываются на лист ватмана. В процессе обсуждения необходимо прийти к идее трех составляющих, которые приводят к конфликту: неумение общаться, неумение сотрудничать и отсутствие позитивного утверждения личности другого. Эту идею лучше довести до участников через образ айсберга, малая, видимая часть которого – конфликт – над водой, а три составляющие – под водой. Таким образом, просматриваются пути урегулирования конфликта: умение общаться, сотрудничать и уважать, позитивно утверждать личность другого. Эта идея также представлена в виде айсберга.

3. "Молва" Активными игроками в этой игре являются 6 участников. Остальные — наблюдатели, эксперты. Четыре участника на некоторое время выходят из помещения. В это время первый участник, который остался, должен прочитать второму игроку предложенный ведущим небольшой рассказ или сюжет. Задача второго игрока – внимательно слушать, чтобы потом передать полученную информацию третьему участнику, который должен будет войти в комнату по сигналу. Третий игрок, прослушав рассказ второго игрока, должен пересказать его четвертому и т. д. После выполнения этого задания участниками ведущий перечитывает рассказ уже для всех участников игры. Каждый игрок может сравнить свой вариант пересказа с оригиналом. Как правило, в процессе пересказа происходит искажение первоначальной информации. Этот факт желательно обсудить со всеми участниками семинара.

Возможная история для игры "Слухи":"Я ходил по крытому кооперативному рынку, когда увидел милицейские машины, останавливающиеся у всех дверей. Рядом со мной были два человека, которые мне показались подозрительными; один выглядел очень взволнованным, а другой испуганным. Первый схватил меня за руку и толкнул внутрь торгового зала. "Притворись, что ты мой ребенок", – прошептал он. Я услышал, как милиционер крикнул: "Они здесь!", и вся милиция побежала в нашу сторону. "Я не тот, кого вы ищете, – сказал мужчина, который держал меня, – Япросто пришел за покупками со своим сыном". "Как его зовут?", – спросил милиционер. "Его зовут Сергей", – сказал один мужчина, в то время как другой сказал: "Его зовут Коля". Милиционеры поняли, что эти мужчины не знают меня. Они допустили ошибку. Поэтому мужчины отпустили меня и побежали прочь. Они столкнулись с прилавком женщины. Повсюду покатились яблоки и овощи. Я увидел, как некоторые мои друзья поднимают их и кладут себе в карманы. Мужчины выбежали через дверь со стороны здания и остановились. Их ожидали около двадцати милиционеров. Мне было интересно, что они такое натворили. Возможно, это связано с мафией" Обсуждение*:* С какими трудностями вы столкнулись при получении и передаче информации (если таковые были)? Что происходит с общением людей в случае искажения информации? С чем можно сравнить варианты пересказа сюжета?

4. "Варианты общения" Участники разбиваются на пары. *"Синхронный разговор"*. Оба участника в паре говорят одновременно в течение 10 секунд. Можно предложить тему разговора. Например, "Книга, которую я прочел недавно". По сигналу разговор прекращается. *"Игнорирование"*. В течение 30 секунд один участник из пары высказывается, а другой в это время полностью его игнорирует. Затем они меняются ролями. *"Спина к спине"*. Во время упражнения участники сидят друг к другу спиной. В течение 30 секунд один участник высказывается, а другой в это время слушает его. Затем они меняются ролями.*"Активное слушание"*. В течение одной минуты один участник говорит, а другой внимательно слушает его, всем своим видом показывая заинтересованность в общении с ним. Затем они меняются ролями.Обсуждение*:* Как вы себя ощущали во время проведения первых трех упражнений? Не казалось ли вам, что вы слушаете с

усилием, что это не так просто? Что мешало вам чувствовать себя комфортно? Как вы себя ощущали во время последнего упражнения? Что помогает вам в общении?

5. "Шалаш"Первые два участника становятся вплотную спиной друг к другу. Затем каждый из них делает шаг (два) вперед для того, чтобы установить равновесие и позу, удобную для двоих участников. Таким образом, они должны представить из себя основу "шалаша". По очереди к "шалашу" подходят и "пристраиваются" новые участники, находя для себя удобную позу и не нарушая комфорта других.

Примечание. Если участников более 12 человек, то лучше сформировать две (или более) команды.Обсуждение: Как вы себя ощущали во время "постройки шалаша"? Что необходимо было сделать для того, чтобы каждый ощущал себя комфортно?

6. "Акулы"Материалы*:* два листа бумаги. Участники делятся на две команды. Всем предлагается вообразить себя в ситуации, когда корабль, на котором они плыли, потерпел крушение, и все находятся в открытом океане. Но в океане есть один островок, на котором можно спастись от акул (Каждая команда имеет свой "островок" – лист бумаги, на котором в начале игры могут поместиться все участники команды).Капитан (ведущий), увидев "акулу", должен крикнуть "Акула!" Задача участников – быстро попасть на свой островок. После этого игра продолжается – люди покидают остров до следующей опасности. В это время ведущий уменьшает лист бумаги наполовину. По второй команде "Акула!" задача игроков –быстро попасть на остров и при этом "сохранить" наибольшее количество людей. Тот, кто не смог оказаться на "острове", выходит из игры. Игра продолжается: "остров" покидается до следующей команды. В это время лист бумаги уменьшается еще наполовину. По команде "Акула!" задача игроков остается той же. По окончании игры результаты сравниваются: в какой команде осталось больше участников и почему.

7. "Похвали себя"Участникам предлагается подумать и рассказать о тех свойствах, качествах, которые им нравятся в себе или отличают от других. Это могут быть любые особенности характера и личности. Напомним, что овладение этими качествами делает нас уникальными.

8. "Комплимент" Каждому участнику предлагается сосредоточить свое внимание на достоинствах партнера и сказать ему комплимент, который бы звучал искренне и сердечно.

9. "Ливень"Один из участников исполняет роль "дирижера" ливня и становится в центре круга. Как в оркестре, дирижер вовлекает каждого в исполнение симфонии дождя по очереди. Став лицом к одному из участников, "дирижер" начинает быстро тереть одну ладонь о другую. Этот участник подхватывает движение, и по мере того, как "дирижер" поворачивается на месте, к действию подключаются все. Затем, дойдя до первого участника, он (она) начинает щелкать пальцами, и действие постепенно подхватывается всем кругом по мере того, как "дирижер" поворачивается. Следующий этап – это хлопки по бедрам, участники стучат ногами – крещендо ливню. Постепенно, как при настоящей грозе, громкость уменьшается, дирижер проходит все стадии в обратном порядке до тех пор, пока последний из исполнителей не перестает тереть ладони.

10. "Я-высказывания" Разыгрывается сценка на проблемную тему (например: друг опоздал на встречу и после предъявленных претензий не извинился, а стал нападать сам). Затем тренер объясняет, что для снижения накала конфликтной ситуации очень эффективно использование в общении "я-высказываний" – это способ сообщения собеседнику о своих нуждах, чувствах без осуждения или оскорбления.

Принципы, на которых строятся "я-высказывания":– безоценочное описание действий, что совершил этот человек (не стоит: "ты пришел поздно", желательно: "ты пришел в 12 ночи");– ваши ожидания (не стоит: "ты не вывел собаку", желательно: "я надеялся, что ты выведешь собаку");– описание своих чувств (не стоит: "ты меня раздражаешь, когда делаешь это", желательно: "когда ты делаешь это, я испытываю раздражение");– описание желаемого поведения (не стоит: "ты никогда не звонишь", желательно: "мне хотелось бы, чтобы ты звонил, когда задерживаешься").Обсуждение*:* Почему, по вашему мнению, исполнители роли так поступили? Что помешало им спокойно воспринимать информацию?

11. "Ролевая игра"Разыгрывается сценка на предыдущую тему, при этом используются "я-высказывания", но актеры меняются ролями: роль парня исполняет девушка, а роль девушки – парень.Обсуждение: Что изменилось с использованием "я-высказываний"? При каких обстоятельствах вы бы могли использовать навыки "я высказываний" в жизни?

12. "Искусство достойного отказа"У участников спрашивают, часто ли и при каких обстоятельствах в повседневной жизни им приходится говорить "нет" и всегда ли это легко. При каких обстоятельствах, в каком окружении это сделать труднее? Затем на темы, предложенные самими участниками (ситуации отказа, которые вызывают трудности) разыгрываются сценки. Обсуждение: Совместно с группой вырабатываются приемлемые правила достойного отказа:

- твердо, но доброжелательно и спокойно говорить "нет", не вступая в препирательства, споры;
- соглашаться с доводами, но при этом стоять на своем;
- мягко прекратить разговор;
- привести собеседнику свои аргументы;
- предложить компромисс…

13. "Смена акцентов" Участников просят вспомнить не очень тяжелый конфликт или мелкую проблему и написать на листочке в одном предложении. Затем вместо согласных, используемых в этом предложении, вставить букву "Х" и, начисто переписать предложение. Читать полученный результат по кругу, не называя своей проблемы: (например: хохеха….)

Обсуждение:Что изменилось? Разрешился ли конфликт?

14. "Дружественная ладошка" На листе бумаги каждый обрисовывает свою ладонь, внизу подписывает своё имя. Участники оставляют листочки на стульях, сами встают и, двигаясь от

листочка к листочку, пишут друг другу на нарисованных ладошках что-то хорошее (понравившиеся качества этого человека, пожелания ему).

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных занятий педагога-психолога

«Мир без травли: профилактика в школьной среде»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа групповых коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 5–8 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–8 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 11–17 лет. Численность группы: 5-11 человек.

Обучающиеся с нарушениями слуха находятся в зоне повышенного риска стать жертвами травли в силу ряда факторов: трудности коммуникации, ограниченное понимание социальных ситуаций, недостаточная способность защитить себя словесно, непонимание невербальных сигналов окружающих. Исследования показывают, что дети с нарушениями слуха подвергаются травле в 1,5–2,5 раза чаще, чем их слышащие сверстники. При этом сами обучающиеся с нарушениями слуха не всегда могут идентифицировать травлю: из-за ограниченного слухового восприятия они могут интерпретировать нейтральные ситуации как враждебные или, напротив, не распознавать реальные проявления агрессии.

Программа учитывает речевые и коммуникативные особенности целевой группы, использует наглядные и интерактивные методы работы. Занятия проводятся в **групповой форме**, что позволяет моделировать реальные ситуации взаимодействия, развивать навыки общения и сотрудничества в безопасной среде.

Актуальность программы

Травля в школьной среде является одной из наиболее острых проблем современного образования. Особенно уязвимы перед этим явлением дети с ограниченными возможностями здоровья. Для обучающихся с нарушениями слуха травля представляет особую угрозу: она усугубляет трудности социализации, снижает самооценку, усиливает тревожность и может привести к социальной изоляции.

Важной проблемой является то, что подростки с нарушениями слуха не всегда способны правильно идентифицировать травлю. Как отмечают специалисты, из-за особенностей восприятия они могут принимать за травлю ситуации, которые ею не являются, или, наоборот, не замечать реальных проявлений агрессии. Кроме того, сами обучающиеся с нарушениями слуха могут выступать как инициаторы травли, компенсируя таким образом собственные коммуникативные трудности.

Программа направлена на **профилактику травли** через развитие у обучающихся с нарушениями слуха навыков распознавания травли, толерантности и эмпатии, навыков противостояния травле, навыков конструктивной коммуникации, здоровой самооценки и уверенности в себе.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, видеоматериалы, схемы);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, дискуссии, моделирование ситуаций;
- **Принцип инклюзивного взаимодействия** – создание условий для позитивного взаимодействия всех участников группы.

Цель программы

Профилактика травли в школьной среде, развитие толерантности, эмпатии и навыков противостояния травле у обучающихся 5–8 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Сформировать понимание понятий «травля», «агрессия», «толерантность», «эмпатия».
2. Познакомить с признаками травли, её видами и последствиями.
3. Расширить знания о способах конструктивного разрешения конфликтов.
4. Развивать навыки распознавания травли в различных ситуациях.
5. Развивать эмпатию и толерантное отношение к различиям.
6. Развивать навыки саморегуляции и уверенного поведения.
7. Развивать коммуникативные навыки, в том числе невербальные средства общения.
8. Формировать позитивное отношение к себе и другим.

9. Воспитывать уважение к индивидуальным особенностям каждого человека.
10. Формировать навыки ответственного и безопасного поведения в конфликтных ситуациях.

Планируемые результаты

По итогам программы предполагается формирование у обучающихся следующих знаний, умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- Понимание понятий «травля», «толерантность», «эмпатия».
- Знание признаков травли и её видов.
- Понимание последствий травли для жертвы, агрессора и наблюдателей.

В поведенческой сфере:

- Умение распознавать травлю в различных ситуациях.
- Умение применять стратегии противостояния травле.
- Умение конструктивно разрешать конфликты.
- Навыки невербальной коммуникации и взаимодействия в группе.

В личностной сфере:

- Повышение уровня эмпатии и толерантности.
- Формирование здоровой самооценки и уверенности в себе.
- Готовность обращаться за помощью в ситуациях травли.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (групповые занятия, 1 раз в неделю по 40–45 минут).

- **Занятия 1–3** — диагностический блок.
- **Занятия 4–20** — коррекционно-развивающий блок (17 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- групповая дискуссия;
- ролевые игры и моделирование ситуаций;
- упражнения на развитие эмпатии и толерантности;
- просмотр и обсуждение видеоматериалов;
- арт-терапевтические техники (рисование, коллаж);
- игры на сплочение коллектива;
- диагностические методики.

Адаптация материала для обучающихся с нарушениями слуха осуществляется через:

- использование жестовой речи в сочетании с устной речью;
- активное использование наглядных опор (пиктограммы, схемы, карточки);
- упрощение лексического материала.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (пространство для работы в кругу, наличие проектора для демонстрации материалов).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Алексеева, И. А. Травля в школе: как распознать и остановить / И. А. Алексеева. — Москва : Генезис, 2021.
2. Бэрон, Р., Ричардсон, Д. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. — Санкт-Петербург : Питер, 2001.
3. Глазман, О. Л. Психологические особенности детей с нарушением слуха / О. Л. Глазман. — Москва : Владос, 2018.
4. Кондратьев, С. В. Профилактика и коррекция травли в образовательной среде / С. В. Кондратьев. — Москва : Академия, 2022.
5. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
6. Микляева, А. В., Румянцева, П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. — Санкт-Петербург : Речь, 2004.
7. Молчанова, Л. Н., Фомина, А. В. Профилактика школьной травли среди подростков с ограниченными возможностями здоровья / Л. Н. Молчанова, А. В. Фомина // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. — 2023. — Т. 13. — № 2. — С. 106–117.
8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
10. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Теория и практика оценки психического развития ребенка / Н. Я. Семаго, М. М. Семаго. — Санкт-Петербург : Речь, 2011.
11. Соловьев, И. М. Психология глухих детей / И. М. Соловьев и др. — Москва : Педагогика, 1971.
12. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
13. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5–6 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
14. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
15. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Распространённость травли	Анкета «Опыт столкновения с насилием в школе»	Адаптированный вариант	Выявление распространённости травли в классе, оценка опыта

Сфера	Методика	Источник	Цель
			столкновения с насилием
Агрессивное поведение	Методика «Оценка агрессивности»	Адаптированная методика	Выявление уровня агрессивности, склонности к проявлению жестокости
Социально-психологический климат	Социометрия (адаптированная для детей с нарушением слуха)	Дж. Морено (модификация)	Оценка межличностных отношений в группе, выявление статусной структуры
Толерантность и эмпатия	Шкала эмоционального отклика (адаптированная)	Адаптированная методика	Оценка уровня эмпатии и толерантности к различиям
Уверенность в себе	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (мод. Прихожан)	Оценка уровня самооценки и уверенности в себе
Тревожность	Шкала тревожности	Адаптированная методика	Оценка уровня тревожности, выявление эмоционального дистресса

Тематический план (20 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–3)					
1	Диагностика и знакомство	1	Знакомство участников, создание доверительной атмосферы, начало диагностического этапа	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Анкета «Опыт столкновения с насилием». Правила работы в группе.	Групповая, диагностическая, игровая
2	Диагностика (продолжение)	1	Завершение диагностического этапа. Оценка межличностных отношений, агрессивности, самооценки	Социометрия. Методика «Оценка агрессивности». Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн).	Групповая, диагностическая
3	Диагностика (завершение)	1	Оценка уровня толерантности, эмпатии и тревожности. Настрой на коррекционную работу	Шкала эмоционального отклика. Шкала тревожности. Обсуждение целей программы.	Групповая, диагностическая, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 4–20)					
Раздел 1. Что такое травля? (занятия 4–6)					
4	Что такое травля?	1	Познакомить с понятиями «травля», «агрессия». Создание понятийного аппарата	Приветствие. Работа с карточками «Что такое травля?». Дискуссия: «Травля – это хорошо или плохо?»	Групповая, дискуссия, работа с наглядным материалом
5	Признаки и виды травли	1	Сформировать умение распознавать признаки травли. Познакомить с видами травли	Мозговой штурм «Признаки травли». Работа с карточками (виды травли: физическая, вербальная, социальная, кибертравля).	Групповая, мозговой штурм, работа с карточками

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
6	Фильм о травле	1	Научить распознавать травлю на примере фильма. Развивать эмпатию	Просмотр фрагмента фильма «Новенькая». Обсуждение: «Что произошло?», «Почему это случилось?».	Групповая, киноклуб, дискуссия
Раздел 2. Почему это происходит? (занятия 7–9)					
7	Причины и роли	1	Познакомить с ролями в ситуации травли (агрессор, жертва, наблюдатель). Развивать аналитическое мышление	Обсуждение причин травли. Упражнение «Роли в травле». Работа с карточками-ситуациями.	Групповая, дискуссия, упражнение
8	Эмпатия и толерантность	1	Развивать эмпатию, толерантность, умение понимать чувства других	Упражнение «Мир, в котором важен каждый». Игра «Пойми меня». Дискуссия «Что такое толерантность?».	Групповая, игровая, дискуссия
9	Общение с глухими	1	Формировать толерантное отношение к различиям. Познакомить с правилами общения	Упражнение «Путешествие в страну тишины». Знакомство с дактилологией и жестовым языком. Правила общения с людьми с нарушением слуха.	Групповая, игровая, практическое упражнение
Раздел 3. Как противостоять травле? (занятия 10–14)					
10	Если травят тебя	1	Научить стратегиям поведения в ситуации травли. Развивать уверенность	Мозговой штурм «Меня травят, что делать?». Создание памятки «Правила поведения при травле».	Групповая, мозговой штурм, беседа
11	Я – очевидец травли	1	Развивать навыки ответственного поведения очевидца травли	Обсуждение роли наблюдателя. Упражнение «Что бы ты сделал?». Разбор ситуаций.	Групповая, дискуссия, упражнение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
12	Уверенное поведение	1	Развивать навыки уверенного поведения, умения сказать «нет»	Упражнение «Скажи "нет"». Упражнение «Стоп! Мне это неприятно!». Ролевая игра.	Групповая, ролевая игра, упражнение
13	Конфликты и решения	1	Научить конструктивному разрешению конфликтов	Упражнение «Способы решения конфликтов». Ролевая игра «Я и мой обидчик».	Групповая, ролевая игра, упражнение
14	Безопасность в интернете	1	Профилактика кибертравли, формирование навыков безопасного поведения в сети	Дискуссия «Что такое кибертравля?». Упражнение «Правила безопасности в интернете».	Групповая, дискуссия, упражнение
Раздел 4. Я и другие (занятия 15–18)					
15	Мои личные границы	1	Формировать понимание личных границ, учить их защищать	Упражнение «Мои личные границы». Работа с карточками «Что допустимо, а что нет».	Групповая, упражнение, работа с карточками
16	Учимся дружить	1	Развивать навыки дружеского общения и сотрудничества	Игра «Мы – команда». Упражнение «Настоящий друг – какой он?».	Групповая, игровая, упражнение
17	Сплочение коллектива	1	Сплотить группу, развивать доверие, навыки взаимодействия	Упражнение «Строим башню». Игра «Паутина». Коллективный рисунок «Наш класс».	Групповая, игровая, арт-терапия
18	Я – уникальная личность	1	Развивать позитивное отношение к себе, повышать самооценку	Упражнение «Мои сильные стороны». Рисунок «Я – уникальный».	Групповая, арт-терапия, упражнение
Раздел 5. Закрепление и итоги (занятия 19–20)					

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
19	Обобщение и закрепление	1	Повторить и закрепить основные понятия и навыки	Викторина по теме травли. Упражнение «Я знаю, что делать».	Групповая, игровая, упражнение
20	Итоговое занятие	1	Подвести итоги программы, провести контрольную диагностику, рефлексию	Повторная диагностика (по основным методикам). Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мир без травли».	Групповая, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: знакомство участников, создание доверительной атмосферы, начало диагностического этапа.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы в группе;
- провести первичную диагностику (анкета «Опыт столкновения с насилием в школе»);
- создать атмосферу доверия и безопасности.

Оборудование: бланки анкет, карточки с именами, доска/флипчарт, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, кратко рассказывает о целях и задачах программы. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты (адаптировано с использованием жестов и карточек). 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила (говорить по очереди, уважать мнение других, соблюдать конфиденциальность). 3. Анкета «Опыт столкновения с насилием в школе» – участники заполняют анкету с помощью психолога (адаптированный вариант с использованием карточек и наглядных опор).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (продолжение)

Цель: завершение диагностического этапа. Оценка межличностных отношений, агрессивности, самооценки.

Задачи:

- провести социометрию (адаптированную для детей с нарушением слуха);
- провести методику «Оценка агрессивности»;
- провести методику «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн).

Оборудование: бланки методик, цветные карандаши, карточки с именами участников.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социометрия – участники выбирают, с кем хотели бы сидеть за партой, с кем дружить (с использованием карточек с именами). 2. Методика «Оценка агрессивности» – заполнение анкеты (с помощью психолога, с использованием наглядных опор). 3. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) – участники оценивают себя по 7 шкалам.
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Прощание.

Занятие № 3. Диагностика (завершение)

Цель: оценка уровня толерантности, эмпатии и тревожности. Настрой на коррекционную работу.

Задачи:

- провести Шкалу эмоционального отклика (адаптированную);
- провести Шкалу тревожности;
- настроить участников на дальнейшую работу.

Оборудование: бланки методик, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Шкала эмоционального отклика – участники оценивают своё отношение к различным ситуациям (с использованием карточек). 2. Шкала тревожности – заполнение анкеты. 3. Обсуждение целей программы – «Что такое травля?», «Зачем нам это знать?», «Что мы будем делать?».
Заключительная часть	Настрой на работу. Прощание.

Занятие № 4. Что такое травля?

Цель: познакомить с понятиями «травля», «агрессия». Создание понятийного аппарата.

Задачи:

- ввести понятие «травля»;
- создать «Словарь понятий»;
- провести дискуссию о травле.

Оборудование: карточки со словами и терминами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Комплимент».
Основная часть	1. Работа с карточками «Что такое травля?» – участники составляют определение из карточек со словами. 2. «Словарь понятий» – запись определений на доске (травля, агрессор, жертва, наблюдатель) с наглядными пиктограммами. 3. Дискуссия: «Травля – это хорошо или плохо? Почему?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового я узнал о травле?». Прощание.

Занятие № 5. Признаки и виды травли

Цель: сформировать умение распознавать признаки травли. Познакомить с видами травли.

Задачи:

- выделить признаки травли;
- познакомить с видами травли;
- научить различать конфликт и травлю.

Оборудование: карточки с признаками травли, карточки с примерами ситуаций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мозговой штурм «Признаки травли» – участники называют признаки (с помощью наводящих вопросов психолога). 2. Работа с карточками «Виды травли» – распределение ситуаций по видам (физическая, вербальная, социальная, кибертравля). 3. Упражнение «Конфликт или травля?» – разбор ситуаций, определение разницы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Как понять, что тебя травят?». Прощание.

Занятие № 6. Фильм о травле

Цель: научить распознавать травлю на примере фильма. Развивать эмпатию.

Задачи:

- просмотреть фрагмент фильма «Новенькая»;
- проанализировать ситуацию травли;
- обсудить чувства героев.

Оборудование: проектор, фрагмент фильма «Новенькая», карточки для обсуждения.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на просмотр.
Основная часть	1. Просмотр фрагмента фильма «Новенькая» (или другого короткометражного фильма о травле). 2. Обсуждение – «Что произошло?», «Почему это случилось?», «Кто в этой ситуации жертва? Агрессоры? Наблюдатели?», «Что чувствовала героиня?». 3. Обсуждение альтернативных вариантов поведения – «Что можно было сделать иначе?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что бы ты сделал, если бы был в такой ситуации?». Прощание.

Занятие № 7. Причины и роли

Цель: познакомить с ролями в ситуации травли (агрессор, жертва, наблюдатель). Развивать аналитическое мышление.

Задачи:

- проанализировать причины травли;
- познакомить с тремя ролями;
- обсудить ответственность каждой роли.

Оборудование: карточки с ролями, карточки с ситуациями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение причин травли – участники называют возможные причины (с помощью наводящих вопросов). 2. Упражнение «Роли в травле» – распределение карточек с описанием ролей (агрессор, жертва, наблюдатель), обсуждение каждой роли.

Этап	Содержание
	3. Работа с карточками-ситуациями – «Кто в этой ситуации кто?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Кто в ситуации травли несёт ответственность?». Прощание.

Занятие № 8. Эмпатия и толерантность

Цель: развивать эмпатию, толерантность, умение понимать чувства других.

Задачи:

- развивать способность понимать чувства других;
- формировать толерантное отношение к различиям;
- развивать навыки вербализации эмоций.

Оборудование: карточки с пиктограммами эмоций, карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Настроение в цвете».
Основная часть	1. Упражнение «Мир, в котором важен каждый» – участники рассказывают, что делает каждого человека уникальным (с помощью карточек-подсказок). 2. Игра «Пойми меня» – один участник показывает эмоцию с помощью жестов и мимики, остальные угадывают. 3. Дискуссия «Что такое толерантность?» – составление определения, обсуждение примеров толерантного/интолерантного поведения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что значит быть толерантным?». Прощание.

Занятие № 9. Общение с глухими

Цель: формировать толерантное отношение к различиям. Познакомить с правилами общения.

Задачи:

- познакомить с особенностями общения людей с нарушением слуха;
- развивать уважительное отношение к людям с инвалидностью;
- формировать навыки эффективного общения с глухими и слабослышащими.

Оборудование: карточки с правилами общения, пиктограммы жестов, видеоматериал о жестовом языке (по возможности).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Путешествие в страну тишины» – участники представляют, каково быть в мире без звуков, обсуждают свои ощущения. 2. Знакомство с дактилологией и жестовым языком – педагог показывает несколько простых жестов (привет, спасибо, друг). 3. Правила общения с людьми с нарушением слуха – обсуждение наглядных правил (смотреть в лицо, говорить чётко, использовать жесты).
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового я узнал об общении с глухими и слабослышащими?». Прощание.

Занятие № 10. Если травят тебя

Цель: научить стратегиям поведения в ситуации травли. Развивать уверенность.

Задачи:

- сформировать алгоритм действий при травле;
- развивать навыки уверенного поведения;
- создать памятку «Правила поведения при травле».

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мозговой штурм «Меня травят, что делать?» – участники предлагают варианты действий. 2. Создание памятки «Правила поведения при травле» – запись на доске: «не молчать», «обратиться к взрослому», «сказать "нет"», «не отвечать агрессией». 3. Обсуждение – «Кому можно рассказать о травле?», «Почему важно не молчать?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что делать, если тебя травят?». Прощание.

Занятие № 11. Я – очевидец травли

Цель: развивать навыки ответственного поведения очевидца травли.

Задачи:

- обсудить роль наблюдателя;
- развивать навыки активной позиции очевидца;
- учить безопасным способам вмешательства.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение роли наблюдателя – «Что чувствует наблюдатель?», «Может ли он помочь?». 2. Упражнение «Что бы ты сделал?» – разбор ситуаций: «Ты видишь, что травят одноклассника. Что ты сделаешь?». 3. Обсуждение безопасных способов вмешательства – «Позвать взрослого», «Подойти и сказать "стоп"», «Поддержать жертву».
Заключительная часть	Рефлексия: «Как я могу помочь, если вижу травлю?». Прощание.

Занятие № 12. Уверенное поведение

Цель: развивать навыки уверенного поведения, умения сказать «нет».

Задачи:

- развивать навыки уверенного отказа;
- учить говорить «нет» в ситуациях давления;
- отрабатывать навыки защиты своих границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Скажи "нет"» – участники тренируются говорить «нет» в разных ситуациях (с использованием жестов и слов). 2. Упражнение «Стоп! Мне это неприятно!» – участники отрабатывают уверенное выражение отказа. 3. Ролевая игра – проигрывание ситуаций давления и уверенного отказа.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает сказать "нет" уверенно?». Прощание.

Занятие № 13. Конфликты и решения

Цель: научить конструктивному разрешению конфликтов.

Задачи:

- познакомить со способами разрешения конфликтов;
- развивать навыки конструктивной коммуникации;
- отрабатывать навыки разрешения конфликтов в ролевой игре.

Оборудование: карточки с конфликтными ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Способы решения конфликтов» – обсуждение возможных способов (договориться, обратиться к взрослому, уступить). 2. Ролевая игра «Я и мой обидчик» – проигрывание конфликтной ситуации и её конструктивного разрешения. 3. Обсуждение – «Что помогает решить конфликт мирно?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Как я могу разрешить конфликт мирно?». Прощание.

Занятие № 14. Безопасность в интернете

Цель: профилактика кибертравли, формирование навыков безопасного поведения в сети.

Задачи:

- познакомить с понятием «кибертравля»;
- формировать навыки безопасного поведения в интернете;
- развивать навыки защиты своих данных.

Оборудование: карточки с правилами безопасности, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Дискуссия «Что такое кибертравля?» – обсуждение понятия, примеров. 2. Упражнение «Правила безопасности в интернете» – создание памятки: «не давай личную информацию», «не отвечай на агрессивные сообщения», «сообщи взрослому». 3. Обсуждение – «Что делать, если столкнулся с травлей в интернете?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Как я могу защитить себя в интернете?». Прощание.

Занятие № 15. Мои личные границы

Цель: формировать понимание личных границ, учить их защищать.

Задачи:

- познакомить с понятием «личные границы»;
- учить определять свои границы;
- отрабатывать навыки защиты границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои личные границы» – участники обсуждают, что для них допустимо, а что нет в общении с другими. 2. Работа с карточками «Что допустимо, а что нет» – распределение ситуаций по категориям. 3. Обсуждение – «Как сказать человеку, что он нарушает мои границы?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Почему важно защищать свои границы?». Прощание.

Занятие № 16. Учимся дружить

Цель: развивать навыки дружеского общения и сотрудничества.

Задачи:

- развивать навыки дружеского общения;
- способствовать сплочению группы;

- формировать представление о качествах настоящего друга.

Оборудование: доска/флипчарт, маркеры, мяч.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Мы – команда» – выполнение заданий в группе (построить фигуру, выполнить общее действие). 2. Упражнение «Настоящий друг – какой он?» – участники называют качества настоящего друга. 3. Обсуждение – «Как стать хорошим другом?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие качества важны в дружбе?». Прощание.

Занятие № 17. Сплочение коллектива

Цель: сплотить группу, развивать доверие, навыки взаимодействия.

Задачи:

- развивать навыки сотрудничества;
- создавать атмосферу доверия;
- способствовать сплочению группы.

Оборудование: строительный материал (кубики), нитки для игры «Паутина», лист ватмана, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Строим башню» – участники строят башню из кубиков, работая в команде. 2. Игра «Паутина» – участники передают клубок ниток друг другу, создавая «паутину», и говорят приятные слова. 3. Коллективный рисунок «Наш класс» – участники вместе рисуют свой класс.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нам помогает работать вместе?». Прощание.

Занятие № 18. Я – уникальная личность

Цель: развивать позитивное отношение к себе, повышать самооценку.

Задачи:

- развивать самопознание;
- повышать самооценку;
- формировать позитивное отношение к себе.

Оборудование: листы бумаги, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои сильные стороны» – участники записывают свои сильные стороны и делятся в группе. 2. Рисунок «Я – уникальный» – участники рисуют себя и то, что делает их уникальными. 3. Обсуждение – «Что я люблю в себе?», «Что делает меня особенным?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что я узнал о себе сегодня?». Прощание.

Занятие № 19. Обобщение и закрепление

Цель: повторить и закрепить основные понятия и навыки.

Задачи:

- повторить основные понятия по теме травли;
- закрепить навыки противостояния травле;
- проверить усвоение материала.

Оборудование: карточки для викторины, призы для победителей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Викторина по теме травли – вопросы о признаках, видах, способах противостояния. 2. Упражнение «Я знаю, что делать» – участники рассказывают, что они будут делать в ситуации травли. 3. Обсуждение – «Что я запомнил из занятий?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что мне пригодится в жизни?». Прощание.

Занятие № 20. Итоговое занятие

Цель: подвести итоги программы, провести контрольную диагностику, рефлексию.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать рисунок «Мир без травли».

Оборудование: бланки диагностических методик, лист ватмана, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (Анкета «Опыт столкновения с насилием», «Оценка агрессивности», «Самооценка»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в группе?», «Что я узнал о себе?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – участники рассказывают, что запомнилось, что пригодится в жизни. 4. Коллективный рисунок «Мир без травли» – участники рисуют мир, в котором нет травли.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Развитие и общение: коррекция младших школьников с ТМНР»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государствеными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2, 2.2);
- Письма Минобрнауки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами».

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с тяжелыми и множественными нарушениями развития (сочетание нарушений слуха различной степени с умственной отсталостью, нарушениями опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями).

Дети с ТМНР имеют значительные ограничения в познавательной, коммуникативной, эмоционально-волевой и двигательной сферах. У них отмечается:

- низкий уровень познавательной активности;
- значительное недоразвитие речи и коммуникативных навыков;
- несформированность игровой и предметной деятельности;
- нарушения эмоционально-волевой сферы;
- трудности саморегуляции и самоконтроля;
- недостаточность сенсорного опыта.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка, уровень его развития и актуальные трудности, направлена на создание условий для личностного развития и развития коммуникативных умений и навыков.

Актуальность программы

Коррекционно-развивающая работа с детьми с ТМНР является одной из наиболее сложных и значимых задач специальной педагогики и психологии. Дети с тяжелыми множественными нарушениями развития нуждаются в систематическом, длительном и индивидуально адаптированном психолого-педагогическом сопровождении.

Программа посвящена проблеме личностного развития и развития коммуникативных умений и навыков детей с ТМНР. Она содержит практические методы психолого-педагогического воздействия по созданию условий для развития познавательных процессов детей с умственной отсталостью и другими нарушениями как залога успешной социальной адаптации в дальнейшем.

Цель программы

Создание условий для развития детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития, личностного развития и развития коммуникативных умений и навыков.

Задачи программы

- Формирование положительных межличностных взаимоотношений между педагогом и ребенком.
- Формирование образа «Я», навыков самопознания.
- Развитие эмоционально-волевой сферы.
- Развитие памяти, внимания, мышления и других познавательных процессов.
- Развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.
- Развитие сенсорной сферы (зрительное, слуховое, тактильное восприятие).
- Формирование элементарных коммуникативных навыков.

Особенности детей с ТМНР

Детям с умственной отсталостью легкой степени присущи ряд особенностей коммуникативного развития:

- низкий уровень активности в отношениях; социальные отношения не становятся регулятором деятельности;
- затрудненность формирования отношений вследствие эгоцентризма и неспособности вступать в совместную деятельность с другими;
- сравнительно элементарная мотивация отношений;
- недостаточно осознанный характер отношений и их регуляция;

- нарушение избирательности отношений, как проявление неспособности учитывать индивидуальные особенности других людей, так и свои собственные.

Несформированность умственной деятельности у детей с умственной отсталостью соответствует особенностям их эмоциональной сферы:

- недостаточная дифференцированность чувств;
- неадекватность, непропорциональность чувств воздействиям внешнего мира.

Снижение познавательной активности является основной характеристикой детей с умственной отсталостью, проявляющейся во всех сферах психической деятельности.

Планируемые результаты

- Формирование положительных межличностных отношений с педагогом.
- Развитие элементарных навыков самопознания и саморегуляции.
- Снижение уровня тревожности и агрессивности.
- Развитие познавательных процессов (памяти, внимания, мышления) на доступном уровне.
- Развитие элементарных коммуникативных навыков.
- Развитие сенсорной сферы (тактильной, зрительной, слуховой чувствительности).
- Формирование представлений о частях тела, предметах одежды, величине предметов.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **66 занятий** в год (2 раза в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–34** — коррекционно-развивающий блок (34 занятия).
- **Занятие 35 (итоговое)** — подведение итогов.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- арт-методы (рисуночные техники, музыкотерапия);
- песочная терапия;
- ароматерапия;
- элементы психогимнастики;
- дидактические игры и упражнения;
- работа с набором Фридриха Фребеля;
- тактильные и сенсорные игры;
- релаксационные техники;
- пальчиковая гимнастика;
- работа с сюжетными картинками.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
2. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
3. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
4. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
5. Пискун, О. Ю. Программа коррекционно-развивающих занятий I класс / О. Ю. Пискун. — Новосибирск, 2002.
6. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
7. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
8. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
9. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с.
10. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
11. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Познавательное развитие	Диагностический альбом (адаптированный для детей с ТМНР)	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (адаптация)	Оценка уровня сформированности познавательной деятельности на доступном уровне
Эмоционально-волевая сфера	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка эмоционального состояния, саморегуляции, контакта с педагогом
Коммуникативные навыки	Наблюдение в игровой деятельности	Адаптированная схема наблюдения	Оценка уровня коммуникативных навыков, умения взаимодействовать

Сфера	Методика	Источник	Цель
			со взрослым
Сенсорное развитие	Пробы на восприятие (цвет, форма, величина)	Адаптированные методики	Оценка уровня сформированности сенсорных эталонов

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 1–34)					
Раздел 1. Коррекция тревожности (занятия 1–4)					
1	Воспитание уверенности в себе	1	Воспитание уверенности в себе. Формирование знания о частях тела. Развитие общей моторики, звукоподражания, мимики.	Установление контакта. Упражнение «Свеча». Упражнение «Ножки». Упражнение «Кисточка-ласковица». «Катится колючий ёжик». Ритуал прощания.	Индивидуальная, игровая, телесно-ориентированная
2	Уменьшение негативных переживаний	1	Уменьшение и преодоление негативных переживаний. Развитие общей моторики, звукоподражания, мимики.	«Мы пришли к кукле». Упражнение «Я король». Задание «Части тела». Песочная терапия.	Индивидуальная, игровая, песочная терапия
3	Снижение эмоционального напряжения	1	Снижение эмоционального напряжения. Обучение пониманию простой инструкции. Соотнесение предметов по величине.	Задание с куклой. Упражнение «Передаём шар по кругу». Ходьба по тактильной дорожке. Тактильный набор. Релаксация.	Индивидуальная, игровая, сенсорная, релаксация
4	Формирование знания о предметах одежды	1	Формирование знания о предметах одежды. Соотнесение предметов по величине. Развитие мелкой моторики.	Упражнение «Кулак, палец, ладонь». «Пуговицы. Найди такую же». Набор Фребеля. Нанизывание бусин. Упражнение «Кисточка-ласковица».	Индивидуальная, игровая, дидактическая, работа с мелкими предметами
Раздел 2. Коррекция агрессивного поведения (занятия 5–7)					

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
5	Формирование адекватных форм поведения	1	Формирование адекватных форм поведения. Развитие навыков самопознания. Эмоциональное осознание поведения.	Упражнение «Ревущий мотор». Вспоминаем эмоции. Игра «Цвета эмоций». «Мишка по лесу пошёл». Упражнение «Аплодисменты». Упражнение «Кисточка-ласковица».	Индивидуальная, игровая, психогимнастика
6	Регулирование поведения в активной игре	1	Регулирование поведения в активной игре. Развитие общей моторики и координации движений.	«Мишка по лесу пошёл». Упражнение «Мир из песка». Релаксационная техника.	Индивидуальная, игровая, песочная терапия, релаксация
7	Гармонизация эмоционального состояния	1	Гармонизация эмоционального состояния. Развитие внутреннего мира ребёнка. Снятие напряжения.	Упражнение «Волшебная скорлупа». Разминка. Упражнение «Лицо». Арт-терапия. Упражнение «Аплодисменты». Упражнение «Кисточка-ласковица».	Индивидуальная, арт-терапия, психогимнастика
Раздел 3. Развитие понятийного мышления (занятия 8–10)					
8	Формирование понятия о величине предметов	1	Формирование понятия о величине предметов. Классификация по одному и двум признакам.	Повторяем размеры. «Зайчик скачет». Пересыпаем крупу. Набор Фребеля – Формы. Повторить мимику педагога.	Индивидуальная, дидактическая игра, сенсорная, работа с крупой
9	Обучение выбору предмета по образцу	1	Обучение умению выбрать предмет по образцу. Формирование понятия о величине предметов.	Игра «Балансир». Изучение предметов путём ощупывания. Игра с мягкими кубиками. Набор Фребеля – Форма, цвет. Набор Фребеля – Цветные тела.	Индивидуальная, дидактическая игра, сенсорная
10	Снятие психоэмоционального напряжения	1	Снятие психоэмоционального напряжения. Развитие	Определение формы предметов. Набор Фребеля (прямая и кривая линии). Упражнение	Индивидуальная, арт-терапия, релаксация

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			самопознания. Развитие коммуникативных навыков.	«Пластилин-силач». Ритуал прощания.	
Раздел 4. Формирование операции классификации (занятия 11–14)					
11	Обучение выбору предмета по образцу	1	Обучение умению выбрать предмет по образцу. Закрепление навыков работы с пластилином.	Закрепление навыков работы с пластилином. Формирование предметов из пластилина на классификацию. Арт-терапия (классификация предметов). Релаксация.	Индивидуальная, арт-терапия, лепка, релаксация
12	Развитие понятийного мышления	1	Развитие понятийного мышления. Установление последовательности событий.	Установление последовательности событий в серии сюжетных картинок. Набор Фребеля: Поверхность. Игротерапия. Релаксация.	Индивидуальная, игровая, работа с картинками, релаксация
13	Установление пространственно-временных связей	1	Обучение установлению пространственно-временных и причинно-следственных связей.	Пальчиковая гимнастика. «Классификация предметов (изображений)». «Детская классификация» Н.Я. Семаго. Сюжетная аппликация.	Индивидуальная, пальчиковая гимнастика, аппликация, работа с картинками
14	Умения и навыки работы с бумагой	1	Умения и навыки работы с бумагой. Развитие мелкой моторики. Закрепление классификации.	Работа с листом бумаги. Знакомство с клеящим карандашом. Аппликация «рваная». Предметная аппликация. Релаксация.	Индивидуальная, аппликация, работа с бумагой, релаксация
Раздел 5. Развитие уверенности в себе и коммуникации (занятия 15–20)					
15	Развитие уверенности	1	Развитие уверенности в	Набор Фребеля: Прямая и	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	в себе		себе. Знакомство с физическими свойствами мира. Элементарные математические представления.	кривая линия, Четвёртый набор. Игра «Балансир». Установление последовательности событий. Упражнение «Положи вместе, что к чему подходит». Релаксация.	игровая, дидактическая, релаксация
16	Формирование навыков коммуникативного общения	1	Формирование навыков коммуникативного общения. Развитие эмоционально-волевой сферы. Выражение эмоций.	Набор Фребеля: Прямая и кривая линия. Разбор эмоций, классификация эмоциональных состояний. Серия занятий «Дорисуй предмет». Релаксация.	Индивидуальная, игровая, арт-терапия, беседа
17	Развитие эмоционально-волевой сферы	1	Развитие эмоционально-волевой сферы. Выражение эмоций. Понимание эмоционального состояния других.	Вспоминаем эмоции. Разыгрывание сцен неконструктивного поведения. Просмотр отрывка из мультфильма «Головоломка» (Inside Out). Рефлексия.	Индивидуальная, киноклуб, беседа, рефлексия
18	Развитие эмпатии	1	Развитие эмпатии. Построение доверительных отношений. Осознание неконструктивного поведения.	Серия сюжетных картинок «плохое и хорошее поведение». Арт-терапия «Рисунок маме». Релаксация.	Индивидуальная, беседа, арт-терапия, релаксация
19	Повышение уверенности в себе	1	Закрепление ранее проделанной работы. Повышение уверенности в себе.	Дидактические игры. Песочная терапия. Релаксация.	Индивидуальная, дидактическая игра, песочная терапия, релаксация
20	Конструктивное разрешение	1	Занятие конструктивного разрешения конфликтных	Разыгрывание ситуаций, провоцирующих проявление	Индивидуальная, игровая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	конфликтов		ситуаций. Обучение методам саморегуляции.	агрессии. Упражнение «Мусорная корзина». Упражнение «Аплодисменты». Упражнение «Кисточка-ласковица».	психогимнастика, беседа
Раздел 6. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития (занятия 21–27)					
21	Ориентировка в пространстве и времени	1	Ориентировка в пространстве и времени. Соизмерение ширины, высоты, длины.	Набор Фребеля второй – Формы. Набор Фребеля четвёртый – Размеры. Игра «Найди где спрятано». Игра с часами, секундомером.	Индивидуальная, дидактическая игра, работа с часами
22	Определение формы окружающих предметов	1	Определение формы окружающих предметов. Распознавание предметов с помощью осязания.	Дидактические упражнения. Упражнение с мячом-ёжиком. Игра с тактильной коробкой. Весовой набор. Набор Фребеля №12 – Мозаика и шнуровка.	Индивидуальная, сенсорная игра, дидактическая игра
23	Развитие кинестетических и статических ощущений	1	Развитие кинестетических и статических ощущений и восприятий.	Ходьба по прямой, по узкой доске, скамейке, верёвке. Поднимание на носки с закрытыми глазами. Пальчиковая гимнастика. Пантомимы. Упражнение «Асимметричные движения». Работа в сенсорной комнате.	Индивидуальная, телесно-ориентированная, работа в сенсорной комнате
24	Развитие тактильно-вибрационных ощущений	1	Развитие тактильно-вибрационных ощущений.	Массаж, самомассаж. Определение направления источника звука по вибрации. Шумовой набор. Упражнение «Кисточка-ласковица».	Индивидуальная, сенсорная игра, массаж

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
25	Релаксация и снятие напряжения	1	Расширение жизненного опыта. Релаксация, снятие эмоционального и мышечного напряжения.	Работа в сенсорной комнате. Ароматерапия. Звукотерапия. Тактильный набор.	Индивидуальная, сенсорная, релаксация
26	Определение предмета с помощью осязания	1	Определение предмета с помощью осязания.	Работа с песком. Упражнение «Волшебный мешочек».	Индивидуальная, песочная терапия, сенсорная игра
27	Стимулирование сенсорной чувствительности	1	Стимулирование сенсорной чувствительности и двигательной активности. Развитие зрительно-моторной координации.	Работа в сенсорной комнате. Ароматерапия. Звукотерапия.	Индивидуальная, сенсорная, релаксация
Раздел 7. Гармония противоречивости личности (занятия 28–30)					
28	Гармония противоречивости личности	1	Гармония противоречивости личности. Тренировка узнавания эмоций. Выявление понимания эмоциональных состояний.	Работа с пиктограммами. Арт-терапия. Обсуждение результатов, рефлексия.	Индивидуальная, арт-терапия, беседа, рефлексия
29	Соотнесение цвета с образом	1	Развитие умения соотносить цветовую гамму с образом, его эмоциональным состоянием.	Раскрашивание образов или предметов, обозначающих полярные понятия. Игра «Чем похожи».	Индивидуальная, творческая работа, дидактическая игра
30	Сравнение противоположных понятий	1	Формирование умения сравнивать противоположные	Рисование на темы: приятное-неприятное; радость-печаль; весёлое-грустное.	Индивидуальная, творческая работа, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			понятия и передавать своё эмоциональное состояние.		
Раздел 8. Развитие познавательных способностей (занятия 31–34)					
31	Развитие свойств внимания	1	Развитие свойств внимания (объёма, распределения, концентрации, устойчивости, переключения).	Методики развития познавательных процессов. Набор Фребеля – Поверхность. Набор Фребеля – Прямая и кривая. Упражнение «Что изменилось?». Корректурная проба.	Индивидуальная, дидактическая игра, работа в тетради
32	Развитие параметров памяти	1	Развитие параметров памяти (объёма, точности, мобилизационной готовности) на первоначальном этапе обучения.	Упражнение «Птица-зверь-рыба». Передача воображаемого предмета.	Индивидуальная, игровая, упражнение
33	Развитие воображения	1	Развитие воображения.	Упражнение «Дорисуй рисунки». Набор Фребеля №13 – Башенки. Набор Фребеля – Арки и цифры.	Индивидуальная, творческая работа, конструирование
34	Развитие коммуникативных навыков	1	Развитие коммуникативных навыков.	Упражнение «Совместный рисунок». Упражнение «Царевна Несмеяна».	Индивидуальная, игровая, творческая работа

КОНСПЕКТЫ

Занятие № 1. Воспитание уверенности в себе

Цель: воспитание уверенности в себе. Формирование знания о частях тела. Развитие общей моторики, звукоподражания, мимики.

Задачи:

- установить контакт с ребёнком;
- снять эмоциональное напряжение;
- познакомить с частями тела через игру;
- развивать общую моторику.

Оборудование: игрушки (кукла, мишка), тактильные материалы, безопасная свеча, коврик, мяч-ёжик, мягкая кисточка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта. Создание безопасной, располагающей атмосферы. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка, совместные действия по показу.
Основная часть	1. Определение правил работы на занятии (простые, наглядные правила). 2. Упражнение «Свеча» – ребёнок смотрит на огонёк (безопасный) и делает глубокий вдох/выдох. 3. Упражнение «Ножки» – ребёнок выполняет движения ногами по показу (топ-топ, прыг-прыг). 4. Упражнение «Кисточка-ласковица» – мягкой кисточкой (пером) проводят по рукам, ногам, лицу (снятие напряжения). 5. Упражнение «Катится колючий ёжик» – массаж ладоней мячом-ёжиком. 6. Задание «Части тела» – показ частей тела на себе и на кукле.
Заключительная часть	Ритуал прощания (простые жесты «пока», «молодец»). Похвала. Прощание.

Занятие № 2. Уменьшение негативных переживаний

Цель: уменьшение и преодоление негативных переживаний. Развитие общей моторики, звукоподражания, мимики.

Задачи:

- снизить эмоциональное напряжение;
- учить выражать эмоции через игру;
- развивать подражательные способности.

Оборудование: кукла, песочный стол, игрушки для песка, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Мы пришли к кукле» – ребёнок здоровается с куклой (жестом, словом). 2. Упражнение «Я король» – ребёнок надевает корону (бумажную) и показывает «я король» (поза, жест). 3. Задание «Части тела» – повторение частей тела (руки, ноги, голова). 4. Песочная терапия – ребёнок играет с песком, строит простые фигуры (домик, дорожку). Педагог комментирует действия. 5. Мимическая гимнастика перед зеркалом – «Покажи, как ты радуешься, как ты удивляешься».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 3. Снижение эмоционального напряжения

Цель: снижение эмоционального напряжения. Обучение пониманию простой инструкции. Соотнесение предметов по величине.

Задачи:

- обучать пониманию простой инструкции;
- учить соотносить предметы по величине;
- развивать тактильное восприятие.

Оборудование: кукла, шар, тактильная дорожка, тактильный набор (гладкий, шершавый, пушистый), большие и маленькие предметы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Задание с куклой – «Покажи кукле ручки, ножки» (по инструкции педагога). 2. Упражнение «Передаём шар по кругу» – ребёнок и педагог передают друг другу шар (ритмичное действие). 3. Ходьба по тактильной дорожке – ребёнок проходит по дорожке из разных материалов (босиком или в носочках). 4. Тактильный набор – ребёнок трогает предметы разной фактуры, педагог комментирует (гладкий, колючий). 5. «Разложи по коробкам» – ребёнок раскладывает

Этап	Содержание
	большие предметы в большую коробку, маленькие – в маленькую.
Заключительная часть	Релаксация. Прощание.

Занятие № 4. Формирование знания о предметах одежды

Цель: формирование знания о предметах одежды. Соотнесение предметов по величине. Развитие мелкой моторики.

Задачи:

- знакомить с предметами одежды;
- развивать мелкую моторику;
- учить соотносить предметы по величине.

Оборудование: кукла, одежда для куклы, пуговицы (крупные), шнурки, набор Фребеля, прищепки, верёвка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Кулак, палец, ладонь» – ребёнок выполняет движения кистями рук по показу. 2. «Пуговицы. Найди такую же» – ребёнок находит пару одинаковых пуговиц. 3. Нанизывание бусинок на шнурок – развитие мелкой моторики. 4. «Одень куклу» – ребёнок одевает куклу (по показу, с помощью педагога). 5. «Развесь одежду» – ребёнок развешивает одежду куклы с помощью прищепок на верёвку.
Заключительная часть	Упражнение «Кисточка-ласковица». Прощание.

Занятие № 5. Формирование адекватных форм поведения

Цель: формирование адекватных форм поведения. Развитие навыков самопознания. Эмоциональное осознание поведения.

Задачи:

- развивать понимание простой инструкции;
- формировать навыки самопознания;

- учить выражать эмоции в игровой форме.

Оборудование: игрушка «Мишка», карточки с изображением эмоций, цветные карандаши, бумага, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Ревущий мотор» – ребёнок издаёт звук «р-р-р» (имитация работающего мотора). 2. Вспоминаем эмоции – показываем карточки с эмоциями (радость, грусть, гнев), ребёнок показывает на лице. 3. Игра «Цвета эмоций» – ребёнок раскрашивает кружок цветом, который ассоциируется с эмоцией. 4. «Мишка по лесу пошёл» – подвижная игра по показу (ходьба, топот, хлопки). 5. «Покажи эмоцию в зеркале» – ребёнок смотрит в зеркало и показывает эмоцию по просьбе педагога. 6. Упражнение «Аплодисменты» – ребёнок хлопает в ладоши вместе с педагогом (похвала). 7. Упражнение «Кисточка-ласковица» – мягкая кисточка по рукам и лицу (расслабление).
Заключительная часть	Ритуал прощания.

Занятие № 6. Регулирование поведения в активной игре

Цель: регулирование поведения в активной игре. Развитие общей моторики и координации движений.

Задачи:

- учить соблюдать простые правила игры;
- развивать крупную моторику;
- снижать импульсивность.

Оборудование: игрушка «Мишка», песочный стол, фигурки, коврик.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Мишка по лесу пошёл» – подвижная игра по показу с остановками по сигналу («стоп»). 2. Упражнение «Мир из песка» – ребёнок строит мир в песке (горку, домик), педагог комментирует. 3. Релаксационная техника – «Песочный дождь» (ребёнок

Этап	Содержание
	пересыпает песок через пальцы). 4. Упражнение на дыхание – «Подуй на песок» (безопасное).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Гармонизация эмоционального состояния

Цель: гармонизация эмоционального состояния. Развитие внутреннего мира ребёнка. Снятие напряжения.

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение;
- развивать самовыражение через творчество;
- осознавать и отреагировать чувства.

Оборудование: бумага, краски, цветные карандаши, музыка для релаксации, кисточка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Волшебная скорлупа» – ребёнок сидит в позе «эмбриона», затем «выходит» из скорлупы (раскрывается). 2. Разминка – Упражнение «Лицо» – ребёнок показывает разные выражения лица (весёлое, грустное, злое). 3. Арт-терапия – свободное рисование (что хочет). 4. Обсуждение рисунка – «Что ты нарисовал?», «Какое настроение?». 5. Упражнение «Аплодисменты». 6. Упражнение «Кисточка-ласковица».
Заключительная часть	Ритуал прощания.

Занятие № 8. Формирование понятия о величине предметов

Цель: формирование понятия о величине предметов. Научить классификации объектов по одному признаку (цвету, форме, величине).

Задачи:

- учить различать предметы по величине;
- развивать тактильные ощущения;

- развивать мелкую моторику, мимику.

Оборудование: набор Фребеля, крупные и мелкие предметы, крупа, формочки, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Повторяем размеры – показываем большой и маленький предмет, ребёнок показывает (жестом, словом, выбором). 2. «Зайчик скачет» – ребёнок прыгает как зайчик (по показу). 3. Пересыпаем крупу – пересыпание крупы из одной ёмкости в другую (развитие тактильных ощущений, координации). 4. Набор Фребеля – Формы – ребёнок выбирает фигуры по образцу (круг, квадрат, треугольник). 5. Повторить мимику педагога – ребёнок повторяет простые мимические движения (улыбка, хмурость).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Обучение выбору предмета по образцу

Цель: обучение умению выбрать предмет по образцу. Формирование понятия о величине предметов. Развитие понимания простой инструкции.

Задачи:

- учить выбирать предмет по образцу;
- формировать понятие о величине;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: набор Фребеля, мягкие кубики, тактильный мешочек с предметами, балансир.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Балансир» – ребёнок ставит фигурки на балансир, стараясь удержать равновесие. 2. Изучение предметов путём ощупывания – ребёнок трогает предметы, педагог называет их свойства. 3. Игра с мягкими кубиками – ребёнок выбирает кубик по цвету/величине по образцу педагога. 4. Набор Фребеля – Форма, цвет – ребёнок выполняет задание по образцу (выбрать красный круг).

Этап	Содержание
	5. Набор Фребеля – Цветные тела – ребёнок раскладывает цветные тела по цвету.
Заключительная часть	Релаксационная техника. Прощание.

Занятие № 10. Снятие психоэмоционального напряжения

Цель: снятие психоэмоционального напряжения. Развитие самопознания. Развитие коммуникативных умений и навыков.

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение;
- определять форму предметов;
- развивать творческие способности.

Оборудование: набор Фребеля, пластилин, доска для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Научить определять форму предметов (геометрических фигур) – педагог показывает фигуру, ребёнок находит такую же. 2. Набор Фребеля (прямая и кривая линии) – ребёнок выкладывает линии по образцу. 3. Упражнение «Пластилин-силач» – ребёнок мнёт пластилин, напрягая и расслабляя руки. 4. Упражнение на снятие напряжения – «Пластилин отдыхает» – расслабление рук.
Заключительная часть	Ритуал прощания.

Занятие № 11. Обучение выбору предмета по образцу (закрепление)

Цель: обучение умению выбрать предмет по образцу. Закрепление навыков работы с пластилином. Классификация предметов.

Задачи:

- закреплять навыки работы с пластилином;
- учить классифицировать предметы;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: пластилин, доска для лепки, карточки с предметами, набор Фребеля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Закрепление навыков работы с пластилином – ребёнок лепит простые фигуры (колбаска, шарик). 2. Формирование предметов из пластилина на классификацию – ребёнок лепит предметы разных групп (фрукты, овощи) и раскладывает по группам. 3. Арт-терапия (классификация предметов) – ребёнок раскладывает карточки с предметами по группам. 4. Набор Фребеля – классификация по цвету и форме.
Заключительная часть	Релаксационная техника. Прощание.

Занятие № 12. Развитие понятийного мышления

Цель: развитие понятийного мышления. Установление последовательности событий. Снятие психоэмоционального напряжения.

Задачи:

- учить устанавливать последовательность событий;
- развивать понимание простой инструкции;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: серии сюжетных картинок (из 2–3 частей), набор Фребеля, песочница, фигурки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Установление последовательности событий в серии сюжетных картинок – ребёнок раскладывает 2–3 картинки в логической последовательности (по показу, с помощью педагога). 2. Набор Фребеля: Поверхность – ребёнок выбирает предметы по фактуре (гладкий, шершавый). 3. Игротерапия – свободная игра с фигурками (выражение эмоций через игру). 4. Релаксационная техника – «Песочный дождь» (пересыпание песка через пальцы).
Заключительная	Рефлексия. Прощание.

Этап	Содержание
часть	

Занятие № 13. Установление пространственно-временных связей

Цель: обучение установлению пространственно-временных и причинно-следственных связей на начальном этапе обучения.

Задачи:

- учить понимать простые пространственные отношения;
- развивать мелкую моторику;
- развивать мышление через классификацию.

Оборудование: карточки «Классификация предметов», пальчиковые игрушки, материалы для аппликации, набор Семаго.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Пальчиковая гимнастика – «Сорока-ворона», «Ладушки». 2. «Классификация предметов (изображений)» – ребёнок раскладывает карточки по группам (фрукты, овощи, игрушки) с помощью педагога. 3. «Детская классификация» Н.Я. Семаго – работа с набором классификационных карточек. 4. Сюжетная аппликация из готовых деталей – ребёнок собирает простую аппликацию (домик, дерево).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Умения и навыки работы с бумагой

Цель: умения и навыки работы с бумагой. Развитие мелкой моторики. Закрепление темы классификация предметов.

Задачи:

- учить работать с бумагой (рвать, мять);
- развивать мелкую моторику;
- закреплять навыки классификации.

Оборудование: цветная бумага, клеящий карандаш, картон, карточки для классификации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с листом бумаги – ребёнок мнёт и рвёт бумагу (развитие силы рук). 2. Знакомство с клеящим карандашом, его свойствами – ребёнок учится пользоваться клеем (с помощью педагога). 3. Выполнение изделий из бумаги с применением клеящего карандаша – простая аппликация по образцу. 4. Выполнение изображений предметов с использованием приёма «рваной» аппликации – ребёнок создаёт изображение (солнце, облако). 5. Предметная аппликация – ребёнок наклеивает готовые детали на основу.
Заключительная часть	Релаксационная техника. Прощание.

Занятие № 15. Развитие уверенности в себе

Цель: развитие уверенности в себе. Знакомство с физическими свойствами мира. Элементарные математические представления.

Задачи:

- развивать уверенность в себе;
- знакомить с понятиями «больше-меньше»;
- развивать конструктивные навыки.

Оборудование: набор Фребеля (прямая и кривая линия, четвёртый набор), балансир, сюжетные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Набор Фребеля: Прямая и кривая линия – ребёнок выкладывает линии по образцу. 2. Игра «Балансир» – ребёнок ставит фигурки на балансир, развивая равновесие. 3. Установление последовательности событий в серии сюжетных картинок – ребёнок раскладывает 2–3 картинки. 4. Упражнение «Положи вместе, что к чему подходит» – ребёнок подбирает пары по смыслу (ложка-тарелка).
Заключительная часть	Релаксационная техника. Прощание.

Занятие № 16. Формирование навыков коммуникативного общения

Цель: формирование навыков коммуникативного общения. Развитие эмоционально-волевой сферы. Обучение выражению эмоций и чувствованию эмоционального состояния других людей.

Задачи:

- учить выражать эмоции доступными способами;
- развивать понимание эмоциональных состояний;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: набор Фребеля (прямая и кривая линия), карточки с эмоциями, бумага, карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Набор Фребеля: Прямая и кривая линия – ребёнок выкладывает линии по образцу. 2. Разбор эмоций, классификация эмоциональных состояний – ребёнок раскладывает карточки по группам (весёлые / грустные). 3. Серия занятий «Дорисуй предмет» – ребёнок дорисовывает простой предмет (солнце, домик). 4. Релаксационная техника.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Развитие эмоционально-волевой сферы

Цель: развитие эмоционально-волевой сферы. Выражение эмоций. Понимание эмоционального состояния других.

Задачи:

- учить выражать эмоции;
- развивать понимание эмоций других;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: мультфильм «Головоломка» (фрагмент), карточки с эмоциями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Вспоминаем эмоции – ребёнок показывает эмоции по

Этап	Содержание
	карточкам. 2. Разыгрывание сцен неконструктивного поведения недавних реальных конфликтов – ребёнок с помощью педагога разыгрывает простую ситуацию (отобрали игрушку). 3. Просмотр отрывка из мультфильма «Головоломка» (Inside Out) – Райли и эмоции. 4. Обсуждение – «Какие эмоции были у героев?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Развитие эмпатии

Цель: развитие эмпатии. Построение доверительных отношений между участниками занятий. Осознание неконструктивного поведения и выражения своего отношения к нему.

Задачи:

- развивать способность к сопереживанию;
- учить различать хорошее и плохое поведение;
- развивать творческие способности.

Оборудование: серия сюжетных картинок «плохое и хорошее поведение», бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Серия сюжетных картинок «плохое и хорошее поведение» – ребёнок выбирает, кто поступает хорошо, а кто плохо (с помощью педагога). 2. Арт-терапия «Рисунок маме» – ребёнок рисует подарок для мамы (свободное рисование). 3. Релаксационная техника – «Тёплые ладошки» (растирание ладоней).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Повышение уверенности в себе

Цель: закрепление ранее проделанной работы, повторение правил выполнения работы. Повышение уверенности в себе.

Задачи:

- закреплять полученные навыки;
- повышать уверенность в себе;
- развивать навыки работы в паре (с педагогом).

Оборудование: дидактические игры (лото, пазлы), песочный стол, фигурки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Дидактические игры – «Собери картинку» (пазлы из 2–4 частей), лото. 2. Песочная терапия – ребёнок строит мир в песке, педагог подбадривает («У тебя хорошо получается!»). 3. Релаксационная техника.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Конструктивное разрешение конфликтов

Цель: занятие конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. Обучение методам саморегуляции.

Задачи:

- учить конструктивному разрешению конфликтов;
- развивать навыки саморегуляции;
- отреагировать агрессивные тенденции.

Оборудование: игрушки для разыгрывания ситуаций, «мусорная корзина» для упражнения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Разыгрывание ситуаций, провоцирующих проявление агрессии – ребёнок с помощью педагога разыгрывает ситуацию конфликта и находит выход. 2. Упражнение «Мусорная корзина» – ребёнок «выбрасывает» в корзину плохие эмоции (с помощью символических действий). 3. Упражнение «Аплодисменты» – похвала. 4. Упражнение «Кисточка-ласковица».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Ориентировка в пространстве и времени

Цель: ориентировка в пространстве и времени. Соизмерение ширины, высоты, длины предметов.

Задачи:

- учить ориентироваться в пространстве;
- знакомить с понятиями времени;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: набор Фребеля (второй – Формы, четвёртый – Размеры), игрушка для игры «Найди где спрятано», часы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Набор Фребеля второй – Формы – ребёнок выкладывает фигуры по образцу. 2. Набор Фребеля четвёртый – Размеры – ребёнок раскладывает предметы по размеру. 3. Игра «Найди где спрятано» – ребёнок ищет игрушку по подсказкам (вверху, внизу). 4. Игра с часами, секундомером, узнавание времени – знакомство с частями суток (по картинкам).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Определение формы окружающих предметов

Цель: определение формы окружающих предметов. Распознавание предметов с помощью осязания.

Задачи:

- учить определять форму предметов;
- развивать тактильную чувствительность;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: тактильная коробка, мяч-ёжик, весовой набор, набор Фребеля №12 (Мозаика и шнуровка).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Дидактические упражнения – «Что какой формы?» (показ

Этап	Содержание
	и выбор). 2. Упражнение с мячом-ёжиком – массаж ладоней. 3. Игра с тактильной коробкой – ребёнок опускает руку, находит предмет, определяет на ощупь (с помощью педагога). 4. Весовой набор – сравнение тяжёлый-лёгкий. 5. Набор Фребеля №12 – Мозаика и шнуровка – выкладывание узора по образцу.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 23. Развитие кинестетических и статических ощущений

Цель: развитие кинестетических и статических ощущений и восприятий.

Задачи:

- развивать чувство равновесия;
- развивать координацию движений;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: узкая доска/скамейка, верёвка, коврик, сенсорная комната (по возможности).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Ходьба по прямой, по узкой доске, скамейке, верёвке – с поддержкой педагога. 2. Поднимание на носки с закрытыми глазами со страховкой педагога. 3. Пальчиковая гимнастика – «Кулак-ребро-ладонь». 4. Пантомимы – показ простых действий (идём, бежим, прыгаем) с помощью движений. 5. Упражнение «Асимметричные движения по подражанию» – педагог показывает движения, ребёнок повторяет.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 24. Развитие тактильно-вибрационных ощущений

Цель: развитие тактильно-вибрационных ощущений.

Задачи:

- развивать тактильное восприятие;
- развивать слуховое восприятие (вибрация);
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: массажный мяч, шумовой набор (барабан, бубен, дудочка), мягкая кисточка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Массаж, самомассаж – растирание рук, ног (с помощью педагога). 2. Определение направления источника звука по вибрации – педагог создаёт вибрацию (стучит по столу, в барабан), ребёнок показывает направление. 3. Шумовой набор – ребёнок знакомится с разными инструментами, слушает звуки. 4. Упражнение «Кисточка-ласковица» – расслабление.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 25. Релаксация и снятие напряжения

Цель: расширение жизненного опыта детей, обогащение их чувственного мира. Релаксация, снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Задачи:

- снять эмоциональное и мышечное напряжение;
- развивать сенсорное восприятие;
- создавать положительный эмоциональный фон.

Оборудование: сенсорная комната (или её элементы), аромалампа, тактильные материалы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на расслабление.
Основная часть	1. Работа в сенсорной комнате – ребёнок взаимодействует с сенсорными элементами (свет, звук, тактильные материалы). 2. Ароматерапия – лёгкий аромат (лаванда, мята) для расслабления. 3. Звукотерапия – спокойная музыка.

Этап	Содержание
	4. Тактильный набор – ребёнок трогает предметы разной фактуры.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 26. Определение предмета с помощью осязания

Цель: определение предмета с помощью осязания.

Задачи:

- развивать тактильную чувствительность;
- учить определять предмет на ощупь;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: песочный стол, «волшебный мешочек» с предметами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с песком – ребёнок пересыпает песок, делает отпечатки ладоней. 2. Упражнение «Волшебный мешочек» – ребёнок опускает руку, находит предмет, ощупывает, затем достаёт и проверяет (с помощью педагога).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 27. Стимулирование сенсорной чувствительности

Цель: стимулирование сенсорной чувствительности и двигательной активности детей. Развитие зрительно-моторной координации и сенсорно-перцептивной чувствительности.

Задачи:

- стимулировать сенсорное развитие;
- развивать двигательную активность;
- развивать зрительно-моторную координацию.

Оборудование: сенсорная комната (или её элементы), световой стол, тактильные панели.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа в сенсорной комнате – ребёнок взаимодействует с сенсорными элементами. 2. Ароматерапия – лёгкий аромат. 3. Звукотерапия – спокойная музыка. 4. Игры на световом столе – ребёнок рисует на световом столе песком.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 28. Гармония противоречивости личности

Цель: гармония противоречивости личности. Тренировка узнавания эмоций. Выявление понимания эмоциональных состояний людей.

Задачи:

- учить распознавать эмоции по пиктограммам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- развивать творческие способности.

Оборудование: карточки с пиктограммами, бумага, краски, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – ребёнок показывает эмоцию на карточке (радость, грусть, страх, гнев). 2. Арт-терапия – «Нарисуй настроение» (свободное рисование). 3. Обсуждение результатов – «Что ты нарисовал?», «Какое настроение?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 29. Соотнесение цвета с образом

Цель: развитие умения соотносить цветовую гамму с образом, его эмоциональным состоянием, особенностями.

Задачи:

- учить соотносить цвет с образом;
- развивать творческие способности;
- развивать мышление.

Оборудование: раскраски, цветные карандаши, карточки с противоположными понятиями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Раскрашивание образов или предметов, обозначающих полярные понятия – ребёнок раскрашивает «добро» и «зло» разными цветами (по показу). 2. Игра «Чем похожи» – ребёнок находит общие признаки у двух предметов (с помощью педагога).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 30. Сравнение противоположных понятий

Цель: формирование умения сравнивать противоположные понятия и передавать своё эмоциональное состояние.

Задачи:

- учить сравнивать противоположные понятия;
- развивать эмоциональную сферу;
- развивать творческие способности.

Оборудование: бумага, краски, цветные карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование на темы: приятное-неприятное; радость-печаль; весёлое-грустное – ребёнок рисует два рисунка на противоположные темы. 2. Обсуждение рисунков – «Что нарисовано?», «Какое настроение у этого рисунка?».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 31. Развитие свойств внимания

Цель: развитие свойств внимания (объёма, распределения, концентрации, устойчивости и переключения).

Задачи:

- развивать внимание на доступном уровне;
- развивать мелкую моторику;
- закреплять навыки работы с дидактическим материалом.

Оборудование: набор Фребеля, бланк для корректурной пробы (упрощённый – фигуры), тетрадь, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Набор Фребеля – Поверхность – ребёнок выбирает фигуры по фактуре. 2. Набор Фребеля – Прямая и кривая – ребёнок выкладывает линии по образцу. 3. Упражнение «Что изменилось?» – на столе 3–4 предмета, ребёнок запоминает, психолог убирает один, ребёнок показывает, что пропало. 4. Корректурная проба (упрощённая) – ребёнок зачёркивает заданную фигуру (например, все круги) за 2 минуты.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 32. Развитие параметров памяти

Цель: развитие параметров памяти (объёма, точности, мобилизационной готовности, уверенности в правильном воспроизведении) на первоначальном этапе обучения.

Задачи:

- развивать память на доступном уровне;
- развивать внимание;
- развивать речь (звукоподражание).

Оборудование: карточки с изображениями птиц, зверей, рыб.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Птица-зверь-рыба» – педагог называет

Этап	Содержание
	слово, ребёнок показывает соответствующее действие (с помощью жестов). 2. Передача воображаемого предмета – ребёнок передаёт воображаемый предмет педагогу (например, мяч), педагог «ловит». 3. «Запомни и покажи» – на столе 3 предмета, ребёнок запоминает, закрывает глаза, педагог убирает один, ребёнок показывает, что пропало.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 33. Развитие воображения

Цель: развитие воображения.

Задачи:

- развивать воображение;
- развивать конструктивные навыки;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: набор Фребеля №13 (Башенки), набор Фребеля (Арки и цифры), бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Дорисуй рисунки» – ребёнок дорисовывает незаконченные простые рисунки (солнце без лучей, домик без двери). 2. Набор Фребеля №13 – Башенки – ребёнок строит башенку по образцу. 3. Набор Фребеля – Арки и цифры – ребёнок выкладывает арку по образцу.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 34. Развитие коммуникативных навыков

Цель: развитие коммуникативных навыков.

Задачи:

- развивать коммуникативные навыки;

- развивать навыки совместной деятельности;
- создавать положительный эмоциональный фон.

Оборудование: бумага, карандаши, игрушки.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Совместный рисунок» – ребёнок и педагог рисуют вместе (каждый свой элемент на одном листе). 2. Упражнение «Царевна Несмеяна» – ребёнок пытается «развеселить» педагога или игрушку (улыбка, смешное движение). 3. Итоговая беседа – «Что тебе запомнилось на занятиях?», «Что тебе понравилось?».
Заключительная часть	Подведение итогов всей программы. Похвала. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Мой путь: коррекция познавательной и эмоциональной сферы у подростков с ТМНР»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся среднего и старшего звена (5–11 классы) МБОУ С(К)ШИ № 37 с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся;
- Письма Министерства образования Российской Федерации от 27.03.2000 № 27/901-6 «О психолого-медико-педагогическом консилиуме (ПМПк) образовательного учреждения».

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–11 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с тяжелыми и множественными нарушениями развития (сочетание нарушений слуха с умственной отсталостью, нарушениями опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями).

Подростковый возраст является критическим периодом для детей с ТМНР. Переход в среднюю школу сопровождается повышением требований к самостоятельности, изменением социального окружения, необходимостью адаптации к новым условиям. У подростков с ТМНР эти процессы проходят особенно сложно в связи с ограниченными познавательными, коммуникативными и адаптационными возможностями.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого обучающегося, уровень его развития и актуальные трудности, направлена на создание условий для развития познавательной и эмоциональной сферы, повышения адаптационных возможностей.

Актуальность программы

Коррекционно-развивающая работа с подростками с ТМНР является одной из наиболее сложных и значимых задач специальной педагогики и психологии. В подростковом возрасте происходит активное формирование самосознания, самооценки, личностной идентичности. У детей с тяжелыми множественными нарушениями развития эти процессы имеют свои особенности: задержка личностного развития, трудности осознания себя, сложности в установлении социальных контактов.

Программа содержит разделы коррекционно-развивающей работы, которые являются логическим продолжением курса коррекционно-развивающих занятий для младших школьников. Разделы построены с учетом индивидуальных психофизических особенностей, способностей и склонностей детей с недостатками слуха с тяжелыми множественными нарушениями развития.

Цель программы

На основе создания оптимальных условий познания ребёнком каждого объекта в совокупности сенсорных свойств, качеств, признаков дать правильное представление об окружающей действительности, способствующее оптимизации психического развития ребёнка и более эффективной социализации его в общество.

Задачи программы

- Формирование, на основе активизации работы всех органов чувств, восприятия явлений и объектов окружающей действительности в совокупности их свойств.
- Формирование пространственно-временных ориентировок.
- Коррекция познавательного развития путём систематического целенаправленного развития у детей восприятия цвета, формы, величины.
- Развитие слухового восприятия.
- Исправление недостатков моторики.
- Коррекция зрительно-моторной координации.
- Обогащение словарного запаса детей.
- Формирование целенаправленности движений и действий.

Планируемые результаты

Метапредметные результаты: обучающийся должен воспринимать одновременно больше предметов; выполнять действия длительное время, несколько действий одновременно, быстро переходить с выполнения одного действия на другие. Ориентироваться среди величин, форм, в пространстве и времени. Различать цветовые оттенки. Запоминать информацию, предлагаемую в разных видах. Владеть мыслительными операциями (анализом, синтезом, сравнением, обобщением, абстрагированием); устанавливать причинно-следственные зависимости, составлять простые рассказы.

Личностные результаты: научиться направлять своё внимание на внутренние ощущения, овладеть навыками управления своей эмоциональной сферой, умению сопереживать, регулировать свои поведенческие реакции, рефлексировать, проговаривать свои чувства.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **68 занятий** в год (2 раза в неделю по 30–40 минут).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- упражнения на развитие познавательных процессов;
- дидактические игры;
- работа с наглядным материалом;
- элементы психогимнастики;
- релаксационные техники;
- моделирование ситуаций;
- ролевые игры;
- работа с пиктограммами и эмоциональными карточками;
- арт-терапевтические техники;
- практические упражнения.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Бардиер, Г., Розман, И., Череникова, Т. «Я хочу!» (Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей) / Г. Бардиер, И. Розман, Т. Череникова. — Санкт-Петербург, 1993.
2. Востриков, А. А. Практическое человекознание для групп повышенного развития / А. А. Востриков. — Томск, 2001.
3. Востриков, А. А., Дудко, Н. М. «Практическое человекознание» для групп повышенного развития. Методика занятий 1-й ступени. (Творческая тетрадь № 1) / А. А. Востриков, Н. М. Дудко. — Томск, 2001.
4. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.

5. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
6. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
7. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
8. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
9. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : учебное пособие / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с.
10. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
11. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Познавательное развитие	Диагностический альбом (адаптированный для подростков с ТМНР)	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (адаптация)	Оценка уровня сформированности познавательной деятельности
Мышление	Классификация предметов (по картинкам)	Адаптированные методики	Оценка уровня сформированности мыслительных операций
Внимание	Корректурная проба (упрощённая)	Адаптированная методика	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Память	«Запомни рисунки» (адаптированный вариант)	Адаптированная методика	Оценка объёма зрительной памяти
Эмоциональная сфера	Работа с пиктограммами, наблюдение	Адаптированная схема наблюдения	Оценка понимания эмоций, эмоционального состояния, саморегуляции

Тематический план

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Раздел 1. Развитие познавательных способностей (занятия 1–7)					
1	Развитие внимания	1	Развитие концентрации, устойчивости, переключения внимания.	Корректурные упражнения. Игры «Найди отличия», «Что изменилось?».	Индивидуальная, игровая, упражнение
2	Формирование восприятия окружающего мира	1	Развитие целостного восприятия предметов и явлений.	Узнавание и называние предметов по картинкам. Классификация по группам.	Индивидуальная, дидактическая игра
3	Развитие восприятия с опорой на зрение или осязание	1	Развитие зрительного и тактильного восприятия.	Узнавание предметов по контуру, по части. Тактильный мешочек.	Индивидуальная, сенсорная игра
4	Развитие зрительного восприятия, представления, воображения	1	Развитие зрительного восприятия, пространственного воображения.	Дорисовывание незаконченных рисунков. Конструирование по образцу.	Индивидуальная, творческая работа
5	Развитие слухового восприятия	1	Развитие слухового внимания, восприятия звуков.	Игры «Угадай, что звучит», «Где звенит?». Шумовой набор.	Индивидуальная, игровая, сенсорная
6	Развитие ориентировки в пространстве	1	Формирование пространственных представлений.	Ориентировка в комнате, на листе бумаги. Игра «Найди предмет».	Индивидуальная, игровая, практическая

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	Обучение приемам запоминания	1	Развитие памяти, обучение простым приемам запоминания.	«Запомни картинки», «Что пропало?», «Запомни пары».	Индивидуальная, игровая, упражнение
Раздел 2. Развитие мышления (занятия 8–16)					
8	Выделение признаков предметов	1	Формирование умения выделять существенные признаки предметов.	Классификация по заданному признаку. Игра «Что лишнее?».	Индивидуальная, дидактическая игра
9	Развитие речи и мышления	1	Развитие мыслительных операций через речевую деятельность.	Составление предложений по картинкам. Описание предмета по признакам.	Индивидуальная, беседа, работа с картинками
10	Временные рамки деятельности	1	Формирование временных представлений, планирования.	Работа с часами. Выполнение заданий за определенное время.	Индивидуальная, практическая, работа с часами
11	Рефлексия в ролевой ситуации	1	Развитие самосознания, рефлексии в ролевой игре.	Проигрывание социальных ситуаций. Анализ поведения в роли.	Индивидуальная, ролевая игра, беседа
12	Конструирование объемов	1	Развитие пространственного мышления через конструирование.	Конструирование из кубиков, конструктора по образцу.	Индивидуальная, конструирование
13	Плоскостное конструирование	2	Развитие пространственного мышления через плоскостное конструирование.	Складывание разрезных картинок. Выкладывание узоров.	Индивидуальная, конструирование, работа в тетради

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
14	Элементы абстрактного мышления	2	Развитие абстрактного мышления, навыков планирования.	Проектирование простых объектов. Работа со схемами.	Индивидуальная, проектирование, работа со схемами
Раздел 3. Развитие основ произвольности психической регуляции (занятия 17–22)					
15	Контроль двигательной и эмоциональной сферы	2	Развитие самоконтроля в двигательной и эмоциональной сферах.	Напряжение-расслабление. Дыхательные упражнения. Игры на саморегуляцию.	Индивидуальная, психогимнастика, релаксация
16	Несловесная коммуникация	2	Развитие невербальных средств общения.	Игры «Пантомима», «Угадай эмоцию». Мимика и жесты.	Индивидуальная, игровая, психогимнастика
17	Регуляция поведенческих реакций	2	Формирование навыков контроля поведения.	Проигрывание ситуаций, требующих самоконтроля. Элементы саморегуляции.	Индивидуальная, ролевая игра, упражнение
Раздел 4. Курс «Практическое человекознание» (занятия 23–34)					
18	Что мы знаем об именах	2	Развитие самосознания через знакомство со своим именем.	Беседа об имени. Рисование имени.	Индивидуальная, беседа, творческая работа
19	Эмоциональная диагностика (огорчение)	2	Обучение распознаванию эмоции «огорчение».	Пиктограммы. Разыгрывание ситуаций. Беседа о чувствах.	Индивидуальная, работа с пиктограммами, беседа
20	Развитие фотографической памяти	2	Развитие зрительной памяти.	«Запомни и повтори», «Что изменилось?».	Индивидуальная, игровая, упражнение

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
21	Эмоциональная диагностика (радость)	2	Обучение распознаванию эмоции «радость».	Пиктограммы. Разыгрывание ситуаций. Беседа о чувствах.	Индивидуальная, работа с пиктограммами, беседа
22	Фотографическая память (2 образа в 4 клетках)	2	Развитие зрительной памяти и пространственного восприятия.	Запоминание расположения 2 образов. Воспроизведение по памяти.	Индивидуальная, игровая, упражнение
23	Эмоциональная диагностика (брезгливость)	2	Обучение распознаванию эмоции «брезгливость».	Пиктограммы. Разыгрывание ситуаций. Беседа о чувствах.	Индивидуальная, работа с пиктограммами, беседа
24	Фотографическая память (3 образа в 4 клетках)	2	Развитие зрительной памяти и пространственного восприятия.	Запоминание расположения 3 образов. Воспроизведение по памяти.	Индивидуальная, игровая, упражнение
25	Эмоциональная диагностика (веселье)	2	Обучение распознаванию эмоции «веселье».	Пиктограммы. Разыгрывание ситуаций. Беседа о чувствах.	Индивидуальная, работа с пиктограммами, беседа
26	Фотографическая память (4 образа в 6 клетках)	2	Развитие зрительной памяти и пространственного восприятия.	Запоминание расположения 4 образов. Воспроизведение по памяти.	Индивидуальная, игровая, упражнение
27	Эмоциональная диагностика (проблемная ситуация)	2	Обучение распознаванию эмоций в проблемных ситуациях.	Разбор проблемных ситуаций. Работа с пиктограммами.	Индивидуальная, беседа, работа с пиктограммами

№	Тема	К о л - в о занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
28	Память и эмоции в проблемной ситуации	2	Развитие памяти и эмоционального интеллекта.	Запоминание образов. Разбор проблемной ситуации.	Индивидуальная, игровая, беседа
29	Эмоциональная диагностика (удивление)	3	Обучение распознаванию эмоции «удивление».	Пиктограммы. Разыгрывание ситуаций. Анализ.	Индивидуальная, работа с пиктограммами, беседа
30	Эмоциональная диагностика (напряженность)	3	Обучение распознаванию эмоции «напряженность» и способам её преодоления.	Пиктограммы. Релаксация. Приемы снятия напряжения.	Индивидуальная, работа с пиктограммами, релаксация, беседа

Конспекты занятий

Занятие № 1. Развитие внимания

Цель: развитие концентрации, устойчивости, переключения внимания.

Задачи:

- развивать устойчивость и концентрацию внимания;
- тренировать переключение внимания;
- развивать наблюдательность.

Оборудование: корректурные бланки, картинки для игры «Найди отличия», набор предметов для игры «Что изменилось?».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение целей занятия. Используется жестовая речь, адаптированная для подростка.
Основная часть	1. Корректурное упражнение – подросток вычёркивает заданную фигуру за 3 минуты с самоконтролем. 2. «Найди отличия» – на двух похожих картинках подросток находит различия. 3. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, подросток запоминает, затем находит изменения.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 2. Формирование восприятия окружающего мира

Цель: развитие целостного восприятия предметов и явлений.

Задачи:

- учить узнавать и называть предметы по картинкам;
- развивать умение классифицировать предметы по группам;
- расширять словарный запас.

Оборудование: карточки с предметами разных групп, классификационные поля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Узнавание и называние предметов по картинкам – педагог показывает картинку, подросток называет предмет.

Этап	Содержание
	2. Классификация по группам – подросток раскладывает карточки по группам (посуда, одежда, транспорт). 3. Обобщение – «Назови одним словом».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 3. Развитие восприятия с опорой на зрение или осязание

Цель: развитие зрительного и тактильного восприятия.

Задачи:

- развивать зрительное восприятие через узнавание по контуру;
- развивать тактильную чувствительность;
- учить узнавать предмет по части.

Оборудование: картинки с контурами предметов, тактильный мешочек с предметами, разрезные картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Узнавание предметов по контуру – подросток узнаёт предмет по обведённому контуру. 2. Узнавание предмета по части – педагог показывает часть предмета, подросток угадывает целое. 3. Тактильный мешочек – подросток на ощупь определяет предмет, затем достаёт и проверяет.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Развитие зрительного восприятия, представления, воображения

Цель: развитие зрительного восприятия, пространственного воображения.

Задачи:

- развивать воображение через дорисовывание;
- развивать пространственное восприятие через конструирование;
- развивать творческие способности.

Оборудование: листы с незаконченными рисунками, конструктор, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Дорисовывание незаконченных рисунков – подросток дорисовывает простой предмет (солнце без лучей, домик без крыши). 2. Конструирование по образцу – подросток строит из конструктора по образцу.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Развитие слухового восприятия

Цель: развитие слухового внимания, восприятия звуков окружающего мира.

Задачи:

- развивать слуховое внимание;
- учить различать звуки;
- развивать звукоподражание.

Оборудование: шумовой набор (бубен, барабан, дудочка, колокольчик), картинки с изображением инструментов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Угадай, что звучит» – педагог извлекает звук за ширмой, подросток угадывает инструмент. 2. Игра «Где звенит?» – педагог звонит колокольчиком в разных местах, подросток показывает направление. 3. Звукоподражание – педагог показывает картинку животного, подросток произносит звук (корова – му, кошка – мяу).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Развитие ориентировки в пространстве

Цель: формирование пространственных представлений (лево-право, верх-низ).

Задачи:

- учить ориентироваться в пространстве комнаты;

- формировать понятия «вверху», «внизу», «слева», «справа»;
- развивать умение ориентироваться на листе бумаги.

Оборудование: игрушка для игры «Найди предмет», лист бумаги, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Ориентировка в пространстве комнаты – «Покажи, где вверху, где внизу», «Положи предмет слева от себя». 2. Игра «Найди предмет» – педагог прячет игрушку, подросток ищет по подсказкам. 3. Ориентировка на листе бумаги – «Нарисуй круг в центре, квадрат слева».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Обучение приемам запоминания

Цель: развитие памяти, обучение простым приемам запоминания.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- учить простым приемам запоминания;
- развивать внимание.

Оборудование: набор картинок (10 штук), карточки с парами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Запомни картинки» – подростку показывают 5–7 картинок, затем убирают, он называет/показывает запомнившиеся. 2. «Что пропало?» – на столе 5 предметов, подросток запоминает, затем один убирается, подросток называет пропавший. 3. «Запомни пары» – подростку показывают пары картинок, затем одну картинку, он находит пару.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Выделение признаков предметов

Цель: формирование умения выделять существенные признаки предметов.

Задачи:

- учить выделять общие и отличительные признаки;
- развивать операции классификации;
- развивать речь через объяснение выбора.

Оборудование: карточки с предметами, набор «Четвёртый лишний».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Классификация предметов по заданию – подросток раскладывает карточки по группам. 2. Игра «Что лишнее?» – подросток находит лишний предмет и объясняет выбор. 3. «Назови признак» – педагог показывает предмет, подросток называет его признаки.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Развитие речи и мышления

Цель: развитие мыслительных операций через речевую деятельность.

Задачи:

- учить составлять предложения по картинкам;
- описывать предмет по признакам;
- развивать связную речь.

Оборудование: сюжетные картинки, карточки с предметами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Составление предложений по картинкам – подросток описывает то, что видит на картинке (с помощью педагога). 2. Описание предмета по признакам – «Этот предмет круглый, красный, им можно играть» (мяч). 3. Завершение предложений – педагог начинает фразу, подросток заканчивает.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Временные рамки деятельности

Цель: формирование временных представлений, планирования деятельности.

Задачи:

- знакомить с понятием времени;
- учить выполнять задания за определённое время;
- развивать умение планировать свои действия.

Оборудование: часы, секундомер/таймер, простые задания (собрать пазл, раскрасить).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с часами – знакомство с циферблатом, понятиями «секунда», «минута». 2. Выполнение заданий за определённое время – «Собери пазл за 2 минуты», «Раскрась картинку за 3 минуты». 3. Обсуждение – «Успел или нет?», «Что можно сделать быстрее?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Рефлексия в ролевой ситуации

Цель: развитие самосознания, рефлексии в процессе ролевой игры.

Задачи:

- учить анализировать своё поведение в разных ролях;
- развивать эмпатию;
- осознавать свои чувства и чувства других.

Оборудование: карточки с ролями (покупатель, продавец, учитель, ученик), карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие, настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Проигрывание социальных ситуаций – педагог и подросток разыгрывают простые ситуации (в магазине, в школе). 2. Анализ поведения в роли – «Что ты делал?», «Что чувствовал?», «Что чувствовал другой?». 3. Обсуждение – «Как можно было поступить иначе?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Конструирование объемов

Цель: развитие пространственного мышления через конструирование.

Задачи:

- развивать пространственное мышление;
- учить конструировать по образцу;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: конструктор (кубики, детали), образцы построек.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Конструирование из кубиков – подросток строит простую постройку по образцу (башня, дом). 2. Работа с объемными фигурами – «Найди куб, шар, цилиндр». 3. Самостоятельное конструирование – «Построй то, что хочешь» (свободное творчество).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Плоскостное конструирование (часть 1)

Цель: развитие пространственного мышления через плоскостное конструирование.

Задачи:

- развивать пространственное восприятие;
- учить складывать разрезные картинки;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: разрезные картинки (2–4 части), образцы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Складывание разрезных картинок – подросток собирает картинку из частей по образцу. 2. Усложнение – картинка без образца. 3. Выкладывание узоров по образцу – из геометрических фигур.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Плоскостное конструирование (часть 2)

Цель: развитие пространственного мышления через плоскостное конструирование.

Задачи:

- закреплять навыки плоскостного конструирования;
- развивать внимание и память;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: разрезные картинки (4–6 частей), набор геометрических фигур, тетрадь.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Складывание разрезных картинок из 4–6 частей. 2. Выкладывание узора по памяти – педагог показывает узор, подросток выкладывает по памяти. 3. Графическое фиксирование – подросток зарисовывает узор в тетради.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Элементы абстрактного мышления (часть 1)

Цель: развитие абстрактного мышления, навыков планирования.

Задачи:

- развивать абстрактное мышление;
- учить работать со схемами;

- развивать навыки планирования.

Оборудование: схемы простых объектов, конструктор, тетрадь.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Проектирование простых объектов – подросток строит по схеме (схема – это простой рисунок постройки). 2. Работа со схемами – «Что здесь нарисовано?», «Как это построить?». 3. Составление простого плана – «Что нужно сделать сначала, что потом?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Элементы абстрактного мышления (часть 2)

Цель: развитие абстрактного мышления, навыков планирования.

Задачи:

- закреплять навыки работы со схемами;
- развивать планирование деятельности;
- развивать творческое мышление.

Оборудование: схемы, конструктор, тетрадь.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Конструирование по собственной схеме – подросток рисует схему и строит по ней. 2. Планирование деятельности – «Что нужно сделать, чтобы построить дом?». 3. Игра «Что будет, если…?» – прогнозирование результатов (с помощью педагога).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Контроль двигательной и эмоциональной сферы (часть 1)

Цель: развитие самоконтроля в двигательной и эмоциональной сферах.

Задачи:

- развивать навыки саморегуляции;
- учить осознавать мышечное напряжение и расслабление;
- формировать навыки управления эмоциями.

Оборудование: коврик для релаксации, карточки с эмоциями, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение на напряжение-расслабление – «Сожми кулак», «Штанга». 2. Дыхательное упражнение – «Вдох через нос – выдох через рот». 3. Игры на саморегуляцию – «Замри», «Сделай, как я сказал». 4. Работа с эмоциями – показать эмоцию на карточке, рассказать, как её регулировать.
Заключительная часть	Релаксация. Прощание.

Занятие № 18. Контроль двигательной и эмоциональной сферы (часть 2)

Цель: закрепление навыков самоконтроля.

Задачи:

- закреплять навыки саморегуляции;
- учить снимать эмоциональное напряжение;
- развивать самоконтроль.

Оборудование: музыка, коврик, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Повторение упражнений на напряжение-расслабление. 2. Дыхательное упражнение – «Вдох – задержка – выдох». 3. Разыгрывание ситуаций, требующих самоконтроля – «Как не рассердиться?». 4. Релаксация под музыку.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Несловесная коммуникация (часть 1)

Цель: развитие невербальных средств общения.

Задачи:

- развивать умение выражать эмоции через пантомиму;
- учить понимать эмоции других по мимике и жестам;
- развивать эмпатию.

Оборудование: карточки с эмоциями, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Пантомима» – подросток показывает действие без слов (идёт, бежит, ест), педагог угадывает. 2. Игра «Угадай эмоцию» – педагог показывает эмоцию, подросток угадывает. 3. Работа с зеркалом – подросток смотрит в зеркало и показывает эмоции.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Несловесная коммуникация (часть 2)

Цель: закрепление невербальных средств общения.

Задачи:

- закреплять навыки невербального общения;
- развивать умение понимать чувства других;
- развивать эмпатию.

Оборудование: карточки с ситуациями, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Пантомима» – усложнение: подросток

Этап	Содержание
	показывает ситуацию (покупает, читает). 2. «Угадай чувство» – педагог описывает ситуацию, подросток показывает чувство. 3. Работа с зеркалом – подросток показывает разные эмоции и называет их.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Регуляция поведенческих реакций (часть 1)

Цель: формирование навыков контроля поведения в различных ситуациях.

Задачи:

- учить контролировать своё поведение;
- развивать навыки саморегуляции;
- формировать социально приемлемое поведение.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Проигрывание ситуаций, требующих самоконтроля – «Что делать, если тебя обидели?», «Как попросить игрушку?». 2. Обучение элементам саморегуляции – «Сосчитай до 10», «Глубокий вдох». 3. Беседа – «Как ты себя ведёшь в разных ситуациях?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Регуляция поведенческих реакций (часть 2)

Цель: закрепление навыков контроля поведения.

Задачи:

- закреплять навыки самоконтроля;
- развивать социально приемлемое поведение;
- формировать умение анализировать свои поступки.

Оборудование: карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Проигрывание сложных ситуаций – «Конфликт с другом», «Несправедливое обвинение». 2. Обучение элементам саморегуляции – повторение. 3. Беседа – «Как можно было поступить иначе?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 23. Что мы знаем об именах

Цель: развитие самосознания через знакомство со своим именем.

Задачи:

- формировать представление о значении имени;
- развивать позитивное отношение к себе;
- развивать речь.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с именами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа об имени – «Как тебя зовут?», «Почему тебя так назвали?». 2. Рисование имени – подросток рисует своё имя (буквы, украшения). 3. Рассказ о своём имени – «Что я знаю о своём имени?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 24. Эмоциональная диагностика (огорчение)

Цель: обучение распознаванию эмоции «огорчение».

Задачи:

- учить распознавать огорчение по внешним признакам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- учить выражать свои чувства.

Оборудование: карточки с пиктограммами, картинки с ситуациями, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подросток находит карточку с огорчением. 2. Разыгрывание ситуаций – педагог описывает ситуацию (потерял игрушку), подросток изображает. 3. Беседа о чувствах – «Когда ты огорчаешься?», «Что можно сделать?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 25. Развитие фотографической памяти

Цель: развитие зрительной памяти.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- развивать внимание;
- тренировать запоминание.

Оборудование: набор картинок (10 штук), карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. «Запомни и повтори» – педагог показывает 5–6 картинок, подросток повторяет. 2. «Что изменилось?» – на столе 5–7 предметов, подросток находит изменения. 3. «Запомни ряд» – педагог показывает ряд картинок, подросток воспроизводит.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 26. Эмоциональная диагностика (радость)

Цель: обучение распознаванию эмоции «радость».

Задачи:

- учить распознавать радость по внешним признакам;
- развивать эмоциональный интеллект;

- учить выражать свои чувства.

Оборудование: карточки с пиктограммами, картинки с ситуациями, зеркало.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подросток находит карточку с радостью. 2. Разыгрывание ситуаций – педагог описывает ситуацию (подарок), подросток изображает. 3. Беседа о чувствах – «Когда ты радуешься?», «Как выглядит радость?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 27. Фотографическая память (2 образа в 4 клетках)

Цель: развитие зрительной памяти и пространственного восприятия.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- формировать пространственные представления;
- тренировать запоминание расположения объектов.

Оборудование: карточки с клетками (2x2), картинки для запоминания (2 штуки).

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Педагог показывает карточку с 4 клетками, в двух из которых расположены образы (например, солнце и мяч). 2. Подросток запоминает расположение, затем воспроизводит на пустой карточке. 3. Повторение с разными образами.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 28. Эмоциональная диагностика (брезгливость)

Цель: обучение распознаванию эмоции «брезгливость».

Задачи:

- учить распознавать брезгливость по внешним признакам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- учить выражать свои чувства.

Оборудование: карточки с пиктограммами, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подросток находит карточку с брезгливостью. 2. Разыгрывание ситуаций – педагог описывает ситуацию (испорченная еда), подросток изображает. 3. Беседа о чувствах – «Когда ты чувствуешь брезгливость?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 29. Фотографическая память (3 образа в 4 клетках)

Цель: развитие зрительной памяти и пространственного восприятия.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- увеличивать объём запоминания;
- тренировать пространственное восприятие.

Оборудование: карточки с клетками, картинки для запоминания (3 штуки).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Педагог показывает карточку с 4 клетками, в трёх из которых расположены образы. 2. Подросток запоминает расположение, затем воспроизводит. 3. Повторение с разными образами.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 30. Эмоциональная диагностика (веселье)

Цель: обучение распознаванию эмоции «веселье».

Задачи:

- учить распознавать веселье по внешним признакам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- учить выражать свои чувства.

Оборудование: карточки с пиктограммами, картинки с ситуациями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подросток находит карточку с весельем. 2. Разыгрывание ситуаций – педагог описывает ситуацию (вечеринка), подросток изображает. 3. Беседа о чувствах – «Когда тебе весело?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 31. Фотографическая память (4 образа в 6 клетках)

Цель: развитие зрительной памяти и пространственного восприятия.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- увеличивать объём запоминания;
- развивать пространственное восприятие.

Оборудование: карточки с клетками (3x2), картинки для запоминания (4 штуки).

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Педагог показывает карточку с 6 клетками, в четырёх из которых расположены образы. 2. Подросток запоминает расположение, затем воспроизводит. 3. Повторение с разными образами.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 32. Эмоциональная диагностика (проблемная ситуация)

Цель: обучение распознаванию эмоций в проблемных ситуациях.

Задачи:

- учить распознавать эмоции в сложных ситуациях;
- развивать эмоциональный интеллект;
- учить находить решения.

Оборудование: карточки с проблемными ситуациями, пиктограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Разбор проблемных ситуаций – педагог описывает ситуацию (ссора, потеря), подросток определяет эмоцию. 2. Работа с пиктограммами – подросток выбирает эмоцию, соответствующую ситуации. 3. Беседа – «Как можно решить эту проблему?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 33. Эмоциональная диагностика (удивление)

Цель: обучение распознаванию эмоции «удивление».

Задачи:

- учить распознавать удивление по внешним признакам;
- развивать эмоциональный интеллект;
- учить выражать свои чувства.

Оборудование: карточки с пиктограммами, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подросток находит карточку с удивлением. 2. Разыгрывание ситуаций – педагог описывает ситуацию (неожиданный подарок), подросток изображает. 3. Беседа о чувствах – «Когда ты удивляешься?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 34. Эмоциональная диагностика (напряженность)

Цель: обучение распознаванию эмоции «напряженность» и способам её преодоления.

Задачи:

- учить распознавать напряженность;
- развивать эмоциональный интеллект;
- обучать приемам снятия напряжения.

Оборудование: карточки с пиктограммами, музыка для релаксации, коврик.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подросток находит карточку с напряженностью. 2. Разыгрывание ситуаций – педагог описывает ситуацию (экзамен), подросток изображает. 3. Обучение приемам снятия напряжения – дыхательное упражнение, релаксация. 4. Беседа – «Как ты справляешься с напряжением?».
Заключительная часть	Релаксация. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Слышу сердцем: альтернативная коммуникация»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий с элементами альтернативной (дополнительной) коммуникации разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2, 2.2);
- Письма Минобрнауки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами».

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** с тяжелыми и множественными нарушениями развития (сочетание нарушений слуха с умственной отсталостью, нарушениями опорно-

двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра и другими нарушениями), имеющим значительные трудности в коммуникации.

Общим следствием, характерным для развития детей с множественными нарушениями психического развития, является особая отягощенность условий раннего развития ребенка. Наличие двух и более первичных нарушений у ребенка довольно сильно искажает контакт с внешним миром. Он попадает в условия огромнейшей депривации (сенсорной, культурной, материнской) и, как результат, терпит значительные потери в период становления и развития основных психических функций.

Как правило, такие дети приходят в образовательное учреждение, не имея абсолютно никаких навыков коммуникации. На данном этапе эффективным способом, позволяющим удовлетворить потребность неговорящего ребенка в общении, является метод графических изображений, жестов и других средств альтернативной коммуникации.

Актуальность программы

В современной коррекционной школе количество детей с особыми образовательными потребностями неуклонно растет. Такие дети нуждаются в современных подходах и технологиях сопровождения. Для того чтобы улучшить всестороннее развитие ребенка, дать ему толчок для участия в педагогическом процессе, а также облегчить общение со сверстниками, необходимо предоставить другую коммуникативную систему, которая направлена на интеграцию детей в широкий социум.

Существуют множество методов формирования коммуникативных и речевых навыков с использованием средств вербальной и невербальной коммуникации. Самый актуальный метод коммуникации для младших школьников с тяжелыми множественными нарушениями развития является метод альтернативной и дополнительной коммуникации (АДК), который близок детям с нарушениями слуха. Метод АДК помогает детям перейти на более удобный для них метод общения и взаимодействия, тем самым дает толчок для речевого развития и обучения в школе.

В нашем случае дополнительную коммуникацию как инструмент обучения и общения используют дети с нарушением слуха, в частности дактилологию и жестовый язык. Однако работа еще более усложняется, когда приходят дети с тяжелыми множественными нарушениями развития. К нарушению слуха добавляются нарушения опорно-двигательного аппарата, расстройства аутистического спектра, умственная отсталость и т.д.

Цель программы

Создание условий для развития познавательных процессов, личностного развития и развития коммуникативных умений и навыков детей с умственной отсталостью легкой степени с нарушением слуха через использование альтернативной и дополнительной коммуникации.

Задачи программы

1. Развитие коммуникативных умений и навыков ребенка.
2. Развитие познавательных процессов у ребенка.

3. Формирование положительных межличностных взаимоотношений между педагогом и ребенком.
4. Просвещение педагогического коллектива по теме АДК.
5. Формирование образа «Я», навыков самопознания.
6. Развитие эмоционально-волевой сферы.
7. Развитие способности к эмпатии, уважительному отношению к другим людям.

Основные направления работы по программе

1. **Диагностическая работа** – оценка уровня коммуникации и выбор средств общения.
2. **Коррекционно-развивающая работа** – реализация тематического плана занятий.
3. **Консультативная работа** – консультации родителей и педагогов по внедрению метода АДК.
4. **Просветительская работа** – проведение семинара для педагогов.

Планируемые результаты

- Развитие элементарных коммуникативных навыков.
- Формирование умения использовать средства альтернативной коммуникации (жесты, пиктограммы, карточки).
- Развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление).
- Формирование положительных межличностных отношений с педагогом.
- Развитие эмоционально-волевой сферы.
- Повышение уровня социальной адаптации.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **66 занятий** в год (2 раза в неделю по 30–40 минут).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- метод альтернативной и дополнительной коммуникации (предметы, фотографии, пиктограммы, жесты);
- арт-методы (рисуночные техники, музыкотерапия);
- песочная терапия;
- дидактические игры и упражнения;
- работа с коммуникативными карточками;
- пальчиковая гимнастика;
- релаксационные техники.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете с использованием необходимых материалов и оборудования (коммуникативные карточки, пиктограммы, предметы, песочный стол, материалы для арт-терапии).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Баряева, Л. Б. и др. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью / Л. Б. Баряева, О. П. Гаврилушкина, А. П. Зарин, Н. Д. Соколова. — Санкт-Петербург : СОЮЗ, 2003. — 320 с.
2. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
3. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
4. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
5. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
6. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
7. Течнер, С. фон. Введение в альтернативную и дополнительную коммуникацию: жесты и графические символы для людей с двигательными и интеллектуальными нарушениями, а также с расстройствами аутистического спектра / С. фон Течнер. — Москва : Теревинф, 2015.
8. Тверская, О. Н., Щепелина, М. А. Альтернативная и дополнительная коммуникация : сборник методических материалов / О. Н. Тверская, М. А. Щепелина. — Пермь : ПГГПУ, 2018. — 160 с.
9. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007. — 318 с.
10. Фрост, Л. Система альтернативной коммуникации с помощью карточек (PECS) : руководство для педагогов / Л. Фрост. — Москва : Теревинф, 2011. — 416 с.
11. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
14. Штягинова, Е. А. Альтернативная коммуникация : методический сборник / Е. А. Штягинова. — Новосибирск : Общество «Даун синдром», 2012. — 31 с.
15. https://govori.org
16. https://www.communicationmatrix.org

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Коммуникативные навыки	Анкета «Оценка эмоциональной и коммуникативно-	В.В. Ткачева	Оценка уровня коммуникативных навыков, эмоционально-поведенческих реакций ребенка

Сфера	Методика	Источник	Цель
	поведенческой сферы»		
Коммуникативные навыки	Наблюдение в различных ситуациях	Адаптированная схема наблюдения	Оценка коммуникативных действий ребенка в повседневной жизни
Познавательное развитие	Диагностический альбом	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго (адаптация)	Оценка уровня сформированности познавательной деятельности
Эмоционально-волевая сфера	Наблюдение	Адаптированная схема наблюдения	Оценка эмоционального состояния, саморегуляции

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Раздел 1. Коммуникация через жесты и звуки (занятия 1–8)					
1	Знакомство с жестами приветствия	2	Обучение использованию жестов приветствия. Установление контакта.	Игра «Поздоровайся», показ жестов «привет», «пока».	Индивидуальная, игровая, работа с жестами
2	Жесты «да» и «нет»	2	Формирование умения выражать согласие и отказ через жесты.	Игры «Хочешь?», «Да-нет». Работа с карточками.	Индивидуальная, игровая, работа с жестами
3	Жесты «дай», «на»	2	Формирование умения просить и принимать предметы через жесты.	Игры «Дай», «На». Работа с предметами.	Индивидуальная, игровая, работа с жестами
4	Звукоподражательные игры	2	Развитие звукоподражания, стимуляция речевой активности.	«Кто как говорит?» (животные). Повторение звуков по показу.	Индивидуальная, игровая, звукоподражание
Раздел 2. Коммуникация через пиктограммы и карточки (занятия 9–20)					
5	Знакомство с пиктограммами «еда», «пить»	2	Обучение использованию пиктограмм для выражения базовых потребностей.	Работа с карточками «еда», «пить». Игра «Что хочешь?».	Индивидуальная, работа с пиктограммами
6	Знакомство с пиктограммами «туалет», «помоги»	2	Обучение использованию пиктограмм для выражения потребностей.	Работа с карточками. Игра «Помоги».	Индивидуальная, работа с пиктограммами
7	Знакомство с пиктограммами «играть», «спать»	2	Обучение использованию пиктограмм для выражения желаний.	Работа с карточками. Игра «Что делать?».	Индивидуальная, работа с пиктограммами

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
8	Составление простых фраз из пиктограмм	2	Обучение составлению простых фраз (2 карточки).	Составление фраз «хочу пить», «хочу играть».	Индивидуальная, работа с пиктограммами
9	Знакомство с пиктограммами эмоций	2	Обучение распознаванию эмоций по пиктограммам.	Работа с пиктограммами эмоций. Игра «Покажи настроение».	Индивидуальная, работа с пиктограммами
10	Составление фраз из 2–3 пиктограмм	2	Обучение составлению простых предложений из 2–3 карточек.	Составление фраз «я хочу пить», «я хочу играть».	Индивидуальная, работа с пиктограммами
Раздел 3. Коммуникация через предметы и фотографии (занятия 21–32)					
11	Знакомство с предметными символами	2	Обучение использованию предметов для коммуникации.	Работа с предметами (чашка, ложка, игрушка). Игра «Выбери».	Индивидуальная, работа с предметами
12	Работа с фотографиями	2	Обучение использованию фотографий для коммуникации.	Узнавание себя и других на фото. Игра «Кто на фото?».	Индивидуальная, работа с фотографиями
13	Фотографии + пиктограммы	2	Закрепление навыков использования фотографий и пиктограмм.	Соотнесение фото и пиктограммы. Игра «Найди пару».	Индивидуальная, работа с фото и пиктограммами
14	Коммуникативная доска (начало)	2	Знакомство с коммуникативной доской, обучение выбору карточек.	Работа с коммуникативной доской (2–3 карточки).	Индивидуальная, работа с коммуникативной доской
15	Коммуникативная доска (закрепление)	2	Закрепление навыков работы с коммуникативной доской.	Выбор карточек на доске по инструкции.	Индивидуальная, работа с

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
					коммуникативной доской
Раздел 4. Развитие познавательных процессов (занятия 33–44)					
16	Развитие внимания	2	Развитие концентрации и устойчивости внимания.	Игры «Найди предмет», «Что изменилось?».	Индивидуальная, игровая, упражнение
17	Развитие памяти	2	Развитие зрительной и слуховой памяти.	Игры «Запомни картинки», «Что пропало?».	Индивидуальная, игровая, упражнение
18	Развитие мышления (классификация)	2	Формирование операции классификации.	«Разложи по группам» (одежда, еда).	Индивидуальная, дидактическая игра
19	Развитие восприятия (цвет, форма)	2	Развитие сенсорного восприятия.	«Найди такого же цвета», «Что какой формы?».	Индивидуальная, дидактическая игра
20	Развитие моторики	2	Развитие мелкой и общей моторики.	Пальчиковая гимнастика. Работа с мелкими предметами.	Индивидуальная, пальчиковая гимнастика, работа с предметами
Раздел 5. Песочная терапия и арт-терапия (занятия 45–56)					
21	Песочная терапия (знакомство)	2	Стабилизация психоэмоционального состояния.	Свободная игра с песком. Тактильные ощущения.	Индивидуальная, песочная терапия
22	Песочная терапия	2	Развитие самовыражения через	Создание образов в песке.	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	(выражение эмоций)		песок.	Обсуждение.	песочная терапия
23	Арт-терапия (рисование)	2	Развитие самовыражения через рисование.	Свободное рисование. Рисование по образцу.	Индивидуальная, арт-терапия
24	Арт-терапия (лепка)	2	Развитие мелкой моторики и самовыражения через лепку.	Лепка простых фигур. Лепка по образцу.	Индивидуальная, лепка
Раздел 6. Развитие эмоционально-волевой сферы (занятия 57–66)					
25	Эмоции (радость, грусть)	2	Обучение распознаванию эмоций.	Работа с пиктограммами. Разыгрывание ситуаций.	Индивидуальная, работа с пиктограммами
26	Эмоции (страх, злость)	2	Обучение распознаванию эмоций.	Работа с пиктограммами. Разыгрывание ситуаций.	Индивидуальная, работа с пиктограммами
27	Саморегуляция (дыхательные упражнения)	2	Обучение приемам саморегуляции.	Дыхательные упражнения. Релаксация.	Индивидуальная, дыхательная гимнастика, релаксация
28	Саморегуляция (игры на успокоение)	2	Закрепление навыков саморегуляции.	Игры «Замри», «Тишина».	Индивидуальная, игровая
29	Формирование образа «Я»	2	Развитие самосознания.	Работа с зеркалом. «Кто я?».	Индивидуальная, работа с зеркалом
30	Итоговое занятие	2	Подведение итогов, рефлексия.	Повторение изученного. Прощание.	Индивидуальная, беседа, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Знакомство с жестами приветствия (часть 1)

Цель: обучение использованию жестов приветствия. Установление контакта.

Задачи:

- установить контакт с ребёнком;
- познакомить с жестами «привет», «пока»;
- формировать умение использовать жесты в ситуациях приветствия/прощания.

Оборудование: игрушки (кукла, мишка), карточки с изображением жестов, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта. Педагог показывает жест «привет», ребёнок повторяет (с помощью). Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Игра «Поздоровайся» – педагог показывает игрушку, здоровается жестом, ребёнок повторяет. 2. Жест «пока» – педагог показывает жест прощания, ребёнок повторяет. 3. Работа с зеркалом – ребёнок смотрит в зеркало и показывает жесты «привет» и «пока». 4. Игра «Кто пришёл?» – педагог показывает игрушки, ребёнок здоровается с каждой жестом.
Заключительная часть	Прощание жестом «пока». Похвала.

Занятие № 1. Знакомство с жестами приветствия (часть 2)

Цель: закрепление использования жестов приветствия.

Задачи:

- закреплять жесты «привет», «пока»;
- использовать жесты в игровых ситуациях.

Оборудование: игрушки, карточки с изображением жестов, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет» (ребёнок повторяет).
Основная часть	1. Игра «Поздоровайся с игрушкой» – ребёнок

Этап	Содержание
	здоровается с каждой игрушкой жестом. 2. Игра «Угадай жест» – педагог показывает жест, ребёнок называет/показывает, что это за жест. 3. Игра «Кто ушёл?» – педагог убирает игрушку, ребёнок говорит «пока» жестом. 4. Работа с карточками – ребёнок выбирает карточку с нужным жестом по инструкции.
Заключительная часть	Прощание жестом «пока».

Занятие № 2. Жесты «да» и «нет» (часть 1)

Цель: формирование умения выражать согласие и отказ через жесты.

Задачи:

- познакомить с жестами «да» и «нет»;
- учить использовать жесты в простых ситуациях.

Оборудование: любимые и нелюбимые предметы/игрушки, карточки с жестами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Знакомство с жестом «да» – педагог показывает жест, ребёнок повторяет. Связь с ситуацией (хочешь? – да). 2. Знакомство с жестом «нет» – педагог показывает жест, ребёнок повторяет. Связь с ситуацией (не хочешь? – нет). 3. Игра «Хочешь?» – педагог предлагает предмет, ребёнок показывает «да» или «нет». 4. Игра «Выбери» – ребёнок выбирает из двух предметов, показывая «да» на выбранный.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 2. Жесты «да» и «нет» (часть 2)

Цель: закрепление жестов «да» и «нет».

Задачи:

- закреплять жесты «да» и «нет»;
- использовать жесты в разных ситуациях.

Оборудование: предметы, игрушки, карточки с жестами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Повторение жестов «да» и «нет» – с показом и комментарием. 2. Игра «Хочешь?» – педагог предлагает разные предметы, ребёнок показывает «да» или «нет». 3. Игра «Что ты хочешь?» – педагог показывает два предмета, ребёнок выбирает жестом. 4. Работа с карточками – ребёнок показывает жест по карточке.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 3. Жесты «дай», «на» (часть 1)

Цель: формирование умения просить и принимать предметы через жесты.

Задачи:

- познакомить с жестами «дай» и «на»;
- учить использовать жесты в игровых ситуациях.

Оборудование: игрушки, предметы, карточки с жестами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Знакомство с жестом «дай» – педагог показывает жест, ребёнок повторяет. 2. Знакомство с жестом «на» – педагог показывает жест, ребёнок повторяет. 3. Игра «Дай» – педагог просит дать предмет, ребёнок отдаёт. 4. Игра «На» – педагог даёт предмет, ребёнок принимает жестом «на».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 3. Жесты «дай», «на» (часть 2)

Цель: закрепление жестов «дай» и «на».

Задачи:

- закреплять жесты «дай» и «на»;
- использовать жесты в разных ситуациях.

Оборудование: игрушки, предметы, карточки с жестами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Повторение жестов «дай» и «на». 2. Игра «Попроси» – ребёнок просит игрушку жестом «дай». 3. Игра «Угости» – педагог даёт угощение, ребёнок показывает «на». 4. Игра «Меняемся» – ребёнок и педагог обмениваются предметами с использованием жестов.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 4. Звукоподражательные игры (часть 1)

Цель: развитие звукоподражания, стимуляция речевой активности.

Задачи:

- развивать звукоподражание;
- стимулировать голосовую активность.

Оборудование: игрушки (корова, кошка, собака, петух), картинки животных.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Игра «Кто как говорит?» – педагог показывает игрушку, произносит звук (му-му, мяу-мяу, гав-гав), ребёнок повторяет. 2. Повторение звуков – педагог произносит звук, ребёнок повторяет (с помощью). 3. Игра «Угадай, кто» – педагог произносит звук, ребёнок показывает соответствующую игрушку. 4. Работа с картинками – ребёнок показывает животное и произносит звук.
Заключительная	Прощание.

Этап	Содержание
часть	

Занятие № 4. Звукоподражательные игры (часть 2)

Цель: закрепление звукоподражания.

Задачи:

- закреплять звукоподражательные навыки;
- развивать голосовую активность.

Оборудование: игрушки, картинки, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие жестом «привет».
Основная часть	1. Повторение звуков – педагог показывает картинку, ребёнок произносит звук. 2. Игра «Кто так говорит?» – педагог произносит звук, ребёнок показывает животное. 3. Игра с зеркалом – ребёнок смотрит в зеркало и произносит звуки. 4. Свободное звукоподражание – ребёнок произносит любые звуки, педагог подбадривает.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 5. Знакомство с пиктограммами «еда», «пить» (часть 1)

Цель: обучение использованию пиктограмм для выражения базовых потребностей.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами «еда» и «пить»;
- учить выбирать пиктограмму по инструкции.

Оборудование: пиктограммы «еда», «пить», предметы (еда, напиток), карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «еда» – показ карточки, комментарий «еда». 2. Знакомство с пиктограммой «пить» – показ карточки, комментарий «пить». 3. Игра «Что хочешь?» – педагог показывает пиктограммы, ребёнок выбирает. 4. Соотнесение пиктограммы с предметом – ребёнок соединяет карточку с предметом.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 5. Знакомство с пиктограммами «еда», «пить» (часть 2)

Цель: закрепление пиктограмм «еда» и «пить».

Задачи:

- закреплять пиктограммы «еда» и «пить»;
- использовать пиктограммы для выражения потребностей.

Оборудование: пиктограммы «еда», «пить», предметы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм «еда» и «пить». 2. Игра «Что хочешь?» – ребёнок выбирает пиктограмму, соответствующую желанию. 3. Игра «Покорми куклу» – ребёнок кормит куклу, используя пиктограмму «еда». 4. Работа с предметами – ребёнок соотносит пиктограмму с предметом.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 6. Знакомство с пиктограммами «туалет», «помоги» (часть 1)

Цель: обучение использованию пиктограмм для выражения потребностей.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами «туалет» и «помоги»;
- учить выбирать пиктограмму по инструкции.

Оборудование: пиктограммы «туалет», «помоги», карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «туалет» – показ, комментарий. 2. Знакомство с пиктограммой «помоги» – показ, комментарий. 3. Игра «Что делать?» – педагог показывает пиктограммы, ребёнок выбирает. 4. Игра «Помоги» – ребёнок показывает пиктограмму «помоги», когда нужна помощь.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 6. Знакомство с пиктограммами «туалет», «помоги» (часть 2)

Цель: закрепление пиктограмм «туалет» и «помоги».

Задачи:

- закреплять пиктограммы «туалет» и «помоги»;
- использовать пиктограммы в повседневных ситуациях.

Оборудование: пиктограммы «туалет», «помоги», предметы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм «туалет» и «помоги». 2. Игра «Что нужно сделать?» – ребёнок выбирает пиктограмму по ситуации. 3. Игра «Помоги» – ребёнок показывает пиктограмму «помоги», педагог помогает. 4. Практическая ситуация – ребёнок показывает пиктограмму «туалет» при необходимости.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 7. Знакомство с пиктограммами «играть», «спать» (часть 1)

Цель: обучение использованию пиктограмм для выражения желаний.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами «играть» и «спать»;
- учить выбирать пиктограмму по инструкции.

Оборудование: пиктограммы «играть», «спать», игрушки.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «играть» – показ, комментарий. 2. Знакомство с пиктограммой «спать» – показ, комментарий. 3. Игра «Что делать?» – педагог показывает пиктограммы, ребёнок выбирает. 4. Игра «Играем» – ребёнок показывает пиктограмму «играть» перед игрой.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 7. Знакомство с пиктограммами «играть», «спать» (часть 2)

Цель: закрепление пиктограмм «играть» и «спать».

Задачи:

- закреплять пиктограммы «играть» и «спать»;
- использовать пиктограммы для выражения желаний.

Оборудование: пиктограммы «играть», «спать», игрушки.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм «играть» и «спать». 2. Игра «Что хочешь?» – ребёнок выбирает пиктограмму. 3. Игра «Мишка хочет спать» – ребёнок показывает пиктограмму «спать» для мишки. 4. Самостоятельный выбор – ребёнок показывает, что хочет делать.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 8. Составление простых фраз из пиктограмм (часть 1)

Цель: обучение составлению простых фраз из 2 карточек.

Задачи:

- учить составлять фразу из двух пиктограмм;
- развивать навыки коммуникации.

Оборудование: пиктограммы «я», «хочу», «пить», «еда», «играть».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «я» – показ, комментарий. 2. Знакомство с пиктограммой «хочу» – показ, комментарий. 3. Составление фразы «я хочу пить» – педагог показывает последовательно карточки. 4. Составление фразы «я хочу играть» – ребёнок с помощью педагога выкладывает фразу.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 8. Составление простых фраз из пиктограмм (часть 2)

Цель: закрепление навыка составления простых фраз из 2 карточек.

Задачи:

- закреплять навык составления фраз из пиктограмм;
- использовать фразы для выражения потребностей.

Оборудование: пиктограммы «я», «хочу», «пить», «еда», «играть».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм «я», «хочу». 2. Составление фразы «я хочу пить» – ребёнок выкладывает самостоятельно (с помощью). 3. Составление фразы «я хочу есть» – ребёнок выкладывает самостоятельно (с помощью). 4. Игра «Что ты хочешь?» – ребёнок выкладывает

Этап	Содержание
	фразу по своему желанию.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 9. Знакомство с пиктограммами эмоций (часть 1)

Цель: обучение распознаванию эмоций по пиктограммам.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами «радость» и «грусть»;
- учить показывать эмоции.

Оборудование: пиктограммы эмоций, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «радость» – показ, комментарий. 2. Знакомство с пиктограммой «грусть» – показ, комментарий. 3. Игра «Покажи настроение» – педагог показывает пиктограмму, ребёнок изображает эмоцию. 4. Работа с зеркалом – ребёнок показывает эмоции, глядя в зеркало.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 9. Знакомство с пиктограммами эмоций (часть 2)

Цель: закрепление пиктограмм эмоций.

Задачи:

- закреплять пиктограммы «радость» и «грусть»;
- узнавать эмоции по пиктограммам.

Оборудование: пиктограммы эмоций, зеркало, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм «радость» и «грусть». 2. Игра «Покажи эмоцию» – ребёнок показывает эмоцию по пиктограмме. 3. Работа с картинками – «Какое настроение у мальчика?» – ребёнок выбирает пиктограмму. 4. Свободное выражение – «Какое у тебя настроение?» – ребёнок показывает пиктограмму.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 10. Составление фраз из 2–3 пиктограмм (часть 1)

Цель: обучение составлению простых предложений из 2–3 карточек.

Задачи:

- учить составлять фразы из 2–3 пиктограмм;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: пиктограммы «я», «хочу», «пить», «есть», «играть», «радость», «грусть».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм «я», «хочу». 2. Составление фразы «я хочу пить» – ребёнок выкладывает. 3. Составление фразы «я хочу играть» – ребёнок выкладывает. 4. Составление фразы «я хочу есть» – ребёнок выкладывает.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 10. Составление фраз из 2–3 пиктограмм (часть 2)

Цель: закрепление навыка составления фраз из 2–3 пиктограмм.

Задачи:

- закреплять навык составления фраз;
- использовать фразы для выражения потребностей и желаний.

Оборудование: пиктограммы, предметы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение составления фраз «я хочу пить», «я хочу есть», «я хочу играть». 2. Игра «Что ты хочешь?» – ребёнок выкладывает фразу по своему желанию. 3. Добавление пиктограммы эмоций – «я хочу играть + радость». 4. Самостоятельное составление фразы по желанию ребёнка.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 11. Знакомство с предметными символами (часть 1)

Цель: обучение использованию предметов для коммуникации.

Задачи:

- познакомить с предметами-символами (чашка, ложка, игрушка);
- учить выбирать предмет по инструкции.

Оборудование: чашка, ложка, игрушка, карточки с изображениями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с предметами – педагог показывает чашку, ложку, игрушку, называет их. 2. Игра «Выбери» – педагог просит показать предмет («дай чашку», «дай ложку»). 3. Соотнесение предмета с картинкой – ребёнок соединяет предмет и картинку.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 11. Знакомство с предметными символами (часть 2)

Цель: закрепление использования предметов для коммуникации.

Задачи:

- закреплять умение использовать предметы-символы;
- использовать предметы для выражения желаний.

Оборудование: чашка, ложка, игрушка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение предметов – «Что это?». 2. Игра «Что хочешь?» – ребёнок берёт предмет, обозначающий желание (чашка – пить). 3. Практическая ситуация – ребёнок выбирает предмет для выражения желания.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 12. Работа с фотографиями (часть 1)

Цель: обучение использованию фотографий для коммуникации.

Задачи:

- познакомить с фотографиями;
- учить узнавать себя и других на фотографиях.

Оборудование: фотографии ребёнка, членов семьи, педагога.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с фотографиями – педагог показывает фото, называет человека. 2. Игра «Кто на фото?» – ребёнок показывает, кто на фотографии. 3. Узнавание себя – ребёнок находит своё фото. 4. Соотнесение фото и человека – ребёнок соединяет фото с реальным человеком.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 12. Работа с фотографиями (часть 2)

Цель: закрепление использования фотографий для коммуникации.

Задачи:

- закреплять умение узнавать людей на фото;
- использовать фотографии для выражения желаний (например, «хочу к маме»).

Оборудование: фотографии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение – кто на фото. 2. Игра «Покажи» – педагог называет человека, ребёнок показывает фото. 3. Игра «Кого хочешь?» – ребёнок выбирает фото того, кого хочет видеть. 4. Практическая ситуация – ребёнок показывает фото для выражения желания.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 13. Фотографии + пиктограммы (часть 1)

Цель: закрепление навыков использования фотографий и пиктограмм.

Задачи:

- учить соотносить фото и пиктограмму;
- развивать внимание и память.

Оборудование: фотографии, пиктограммы (соответствующие фото).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Найди пару» – педагог показывает фото, ребёнок находит соответствующую пиктограмму. 2. Соотнесение фото и пиктограммы – ребёнок соединяет пары. 3. Игра «Что где?» – ребёнок раскладывает фото и пиктограммы парами.
Заключительная	Прощание.

Этап	Содержание
часть	

Занятие № 13. Фотографии + пиктограммы (часть 2)

Цель: закрепление навыков использования фотографий и пиктограмм.

Задачи:

- закреплять навык соотнесения фото и пиктограммы;
- использовать фото и пиктограммы в коммуникации.

Оборудование: фотографии, пиктограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение игры «Найди пару». 2. Игра «Что хочешь?» – ребёнок выбирает пиктограмму или фото для выражения желания. 3. Самостоятельный выбор – ребёнок показывает желание с помощью фото или пиктограммы.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 14. Коммуникативная доска (начало) (часть 1)

Цель: знакомство с коммуникативной доской, обучение выбору карточек.

Задачи:

- познакомить с коммуникативной доской;
- учить выбирать карточку по инструкции.

Оборудование: коммуникативная доска, карточки (2–3 штуки).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с коммуникативной доской – педагог показывает доску, объясняет. 2. Работа с карточками – ребёнок показывает карточку по

Этап	Содержание
	инструкции («покажи еду»). 3. Игра «Выбери» – педагог просит выбрать карточку, ребёнок показывает.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 14. Коммуникативная доска (начало) (часть 2)

Цель: закрепление навыков работы с коммуникативной доской.

Задачи:

- закреплять навык выбора карточек на доске;
- учить выражать простые желания через доску.

Оборудование: коммуникативная доска, карточки (3–4 штуки).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение – работа с карточками на доске. 2. Игра «Что хочешь?» – ребёнок показывает карточку на доске. 3. Практическая ситуация – ребёнок использует доску для выражения желания.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 15. Коммуникативная доска (закрепление) (часть 1)

Цель: закрепление навыков работы с коммуникативной доской.

Задачи:

- закреплять навык выбора карточек;
- учить использовать доску для коммуникации.

Оборудование: коммуникативная доска, набор карточек.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Работа с доской – ребёнок показывает карточки по инструкции. 2. Игра «Что нужно?» – ребёнок выбирает карточку по ситуации. 3. Практическая ситуация – ребёнок использует доску для выражения потребностей.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 15. Коммуникативная доска (закрепление) (часть 2)

Цель: закрепление навыков работы с коммуникативной доской.

Задачи:

- закреплять навык использования доски;
- развивать самостоятельность в коммуникации.

Оборудование: коммуникативная доска, набор карточек.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Самостоятельный выбор – ребёнок показывает карточку для выражения желания. 2. Игра «Что ты хочешь?» – ребёнок выбирает карточку. 3. Практическая ситуация – ребёнок использует доску в игре.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 16. Развитие внимания (часть 1)

Цель: развитие концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- развивать зрительное внимание;
- учить находить предмет по образцу.

Оборудование: предметы, игрушки, картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Найди предмет» – педагог показывает предмет, ребёнок находит такой же. 2. Игра «Что изменилось?» – на столе 3 предмета, педагог убирает один, ребёнок показывает, что пропало. 3. Работа с картинками – «Найди такую же».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 16. Развитие внимания (часть 2)

Цель: закрепление концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- закреплять навыки внимания;
- развивать наблюдательность.

Оборудование: предметы, игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Найди спрятанное» – педагог прячет предмет, ребёнок ищет. 2. Игра «Что изменилось?» – с увеличением количества предметов. 3. Работа с картинками «Найди пару».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 17. Развитие памяти (часть 1)

Цель: развитие зрительной и слуховой памяти.

Задачи:

- развивать зрительную память;
- учить запоминать 2–3 предмета.

Оборудование: предметы, картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Запомни картинки» – ребёнку показывают 2–3 картинки, затем убирают, ребёнок показывает запомнившиеся. 2. Игра «Что пропало?» – ребёнок запоминает 3 предмета, затем один убирают, ребёнок показывает пропавший. 3. Игра «Повтори» – педагог показывает последовательность, ребёнок повторяет.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 17. Развитие памяти (часть 2)

Цель: закрепление зрительной и слуховой памяти.

Задачи:

- закреплять навыки запоминания;
- развивать слуховую память.

Оборудование: предметы, картинки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Запомни и покажи» – ребёнок запоминает предметы и показывает по просьбе. 2. Слуховая память – педагог называет 2–3 слова, ребёнок повторяет (с помощью). 3. Игра «Что изменилось?» – с 4 предметами.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 18. Развитие мышления (классификация) (часть 1)

Цель: формирование операции классификации.

Задачи:

- учить раскладывать предметы по группам;

- развивать умение находить общий признак.

Оборудование: карточки с предметами (одежда, еда), две коробки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с группами – педагог показывает одежду и еду, объясняет. 2. Игра «Разложи по группам» – ребёнок раскладывает карточки в две коробки. 3. Игра «Что лишнее?» – среди 3 предметов один лишний, ребёнок показывает.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 18. Развитие мышления (классификация) (часть 2)

Цель: закрепление операции классификации.

Задачи:

- закреплять умение классифицировать;
- развивать мышление.

Оборудование: карточки с предметами (игрушки, посуда), коробки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Разложи по группам» – новые группы (игрушки, посуда). 2. Игра «Что лишнее?» – усложнение (4 предмета, один лишний). 3. Практическое задание – ребёнок раскладывает реальные предметы по группам.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 19. Развитие восприятия (цвет, форма) (часть 1)

Цель: развитие сенсорного восприятия.

Задачи:

- учить различать основные цвета;
- учить различать геометрические фигуры.

Оборудование: цветные карточки, геометрические фигуры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с цветами – «Найди красный, синий, жёлтый». 2. Игра «Найди такого же цвета» – ребёнок выбирает предмет по цвету. 3. Знакомство с формами – «Найди круг, квадрат». 4. Игра «Что какой формы?» – соотнесение предметов с формами.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 19. Развитие восприятия (цвет, форма) (часть 2)

Цель: закрепление сенсорного восприятия.

Задачи:

- закреплять знание цветов и форм;
- развивать сенсорные эталоны.

Оборудование: цветные предметы, геометрические фигуры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Найди предмет по цвету» – педагог называет цвет, ребёнок находит предмет. 2. Игра «Найди фигуру» – педагог называет форму, ребёнок находит. 3. Сортировка – ребёнок раскладывает предметы по цвету и форме.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 20. Развитие моторики (часть 1)

Цель: развитие мелкой и общей моторики.

Задачи:

- развивать мелкую моторику через пальчиковые игры;
- развивать общую моторику через движения.

Оборудование: мелкие предметы (бусины, шнурки), мяч.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Пальчиковая гимнастика – «Сорока-ворона», «Ладушки». 2. Нанизывание бусин на шнурок. 3. Подвижная игра – бросание и ловля мяча.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 20. Развитие моторики (часть 2)

Цель: закрепление навыков мелкой и общей моторики.

Задачи:

- закреплять навыки мелкой моторики;
- развивать координацию движений.

Оборудование: мелкие предметы, мяч.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Пальчиковая гимнастика – повторение. 2. Работа с мелкими предметами – перекладывание, сортировка. 3. Подвижная игра – ходьба по линии, прыжки.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 21. Песочная терапия (знакомство) (часть 1)

Цель: стабилизация психоэмоционального состояния.

Задачи:

- познакомить с песком;
- снять эмоциональное напряжение.

Оборудование: песочный стол, игрушки для песка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с песком – ребёнок трогает песок, пересыпает. 2. Свободная игра с песком – ребёнок играет, как хочет. 3. Обсуждение ощущений – «Какой песок?», «Что ты делаешь?».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 21. Песочная терапия (знакомство) (часть 2)

Цель: закрепление навыков работы с песком.

Задачи:

- закреплять тактильные ощущения;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: песочный стол, формочки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра с песком – ребёнок строит из песка (домик, дорожку). 2. Работа с формочками – ребёнок делает фигурки из песка. 3. Свободная игра.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 22. Песочная терапия (выражение эмоций) (часть 1)

Цель: развитие самовыражения через песок.

Задачи:

- учить выражать эмоции через песочные образы;
- развивать творческое воображение.

Оборудование: песочный стол, фигурки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Создание образа в песке – «Построй мир, где тебе хорошо». 2. Обсуждение – «Что ты построил?», «Какое настроение?». 3. Свободное творчество.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 22. Песочная терапия (выражение эмоций) (часть 2)

Цель: закрепление навыков самовыражения через песок.

Задачи:

- закреплять умение выражать эмоции;
- развивать творческое воображение.

Оборудование: песочный стол, фигурки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Создание образа по теме – «Построй, что ты любишь». 2. Обсуждение – ребёнок рассказывает о своей постройке (с помощью жестов). 3. Свободная игра.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 23. Арт-терапия (рисование) (часть 1)

Цель: развитие самовыражения через рисование.

Задачи:

- развивать творческие способности;
- развивать мелкую моторику.

Оборудование: бумага, краски, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Свободное рисование – ребёнок рисует то, что хочет. 2. Рисование по образцу – педагог показывает простой рисунок, ребёнок рисует такой же. 3. Обсуждение рисунка.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 23. Арт-терапия (рисование) (часть 2)

Цель: закрепление навыков рисования.

Задачи:

- закреплять навыки рисования;
- развивать творческое воображение.

Оборудование: бумага, краски, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Рисование на тему – «Нарисуй солнце», «Нарисуй домик». 2. Свободное рисование. 3. Обсуждение – «Что нарисовал?», «Какое настроение?».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 24. Арт-терапия (лепка) (часть 1)

Цель: развитие мелкой моторики и самовыражения через лепку.

Задачи:

- развивать мелкую моторику;
- развивать творческие способности.

Оборудование: пластилин, доска для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пластилином – ребёнок мнёт пластилин, делает шарики. 2. Лепка простых фигур – «Слепи колбаску», «Слепи шарик». 3. Свободная лепка.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 24. Арт-терапия (лепка) (часть 2)

Цель: закрепление навыков лепки.

Задачи:

- закреплять навыки лепки;
- развивать творческое воображение.

Оборудование: пластилин, доска для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Лепка по образцу – «Слепи такой же шарик». 2. Лепка фигур – «Слепи яблоко», «Слепи морковку». 3. Свободная лепка.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 25. Эмоции (радость, грусть) (часть 1)

Цель: обучение распознаванию эмоций.

Задачи:

- познакомить с эмоциями радости и грусти;
- учить показывать эмоции.

Оборудование: пиктограммы, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «радость». 2. Знакомство с пиктограммой «грусть». 3. Игра «Покажи настроение» – ребёнок показывает эмоции по пиктограммам. 4. Работа с зеркалом.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 25. Эмоции (радость, грусть) (часть 2)

Цель: закрепление эмоций радости и грусти.

Задачи:

- закреплять умение распознавать эмоции;
- учить связывать эмоции с ситуациями.

Оборудование: пиктограммы, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм. 2. Игра «Какое настроение?» – педагог показывает ситуацию, ребёнок выбирает пиктограмму. 3. Самостоятельное выражение – «Какое у тебя настроение?».
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 26. Эмоции (страх, злость) (часть 1)

Цель: обучение распознаванию эмоций.

Задачи:

- познакомить с эмоциями страха и злости;
- учить показывать эмоции.

Оборудование: пиктограммы, зеркало.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммой «страх». 2. Знакомство с пиктограммой «злость». 3. Игра «Покажи настроение». 4. Работа с зеркалом.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 26. Эмоции (страх, злость) (часть 2)

Цель: закрепление эмоций страха и злости.

Задачи:

- закреплять умение распознавать эмоции;
- учить связывать эмоции с ситуациями.

Оборудование: пиктограммы, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение пиктограмм. 2. Игра «Какое настроение?» – педагог показывает ситуацию, ребёнок выбирает пиктограмму. 3. Самостоятельное выражение.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 27. Саморегуляция (дыхательные упражнения) (часть 1)

Цель: обучение приемам саморегуляции.

Задачи:

- познакомить с дыхательными упражнениями;
- учить выполнять простые дыхательные упражнения.

Оборудование: музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Упражнение «Вдох-выдох» – ребёнок вдыхает и выдыхает (с помощью педагога). 2. Упражнение «Подуй на ладошку» – ребёнок дует на свою ладонь. 3. Упражнение «Свеча» – ребёнок дует, как будто задувает свечу.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 27. Саморегуляция (дыхательные упражнения) (часть 2)

Цель: закрепление дыхательных упражнений.

Задачи:

- закреплять дыхательные упражнения;
- учить использовать дыхание для успокоения.

Оборудование: музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение упражнений «Вдох-выдох», «Подуй на ладошку». 2. Упражнение «Шарик» – ребёнок надувает воображаемый шарик и сдувает. 3. Релаксация под музыку.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 28. Саморегуляция (игры на успокоение) (часть 1)

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- развивать навыки самоконтроля;
- учить успокаиваться через игру.

Оборудование: музыка, игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Замри» – ребёнок двигается под музыку, по сигналу замирает. 2. Игра «Тишина» – ребёнок сидит тихо в течение 10–15 секунд. 3. Игра «Спокойные ручки» – ребёнок кладёт руки на колени и сидит спокойно.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 28. Саморегуляция (игры на успокоение) (часть 2)

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- закреплять навыки самоконтроля;
- развивать умение успокаиваться.

Оборудование: музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Игра «Замри» – закрепление. 2. Игра «Спокойные ручки» – закрепление. 3. Релаксация под музыку.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 29. Формирование образа «Я» (часть 1)

Цель: развитие самосознания.

Задачи:

- формировать представление о себе;
- учить узнавать себя в зеркале.

Оборудование: зеркало, фотографии ребёнка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Работа с зеркалом – «Кто это?» (ребёнок узнаёт себя). 2. Игра «Кто я?» – ребёнок показывает на себя. 3. Работа с фотографиями – ребёнок находит своё фото.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 29. Формирование образа «Я» (часть 2)

Цель: закрепление представления о себе.

Задачи:

- закреплять знание о себе;
- формировать позитивное отношение к себе.

Оборудование: зеркало, фотографии.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Работа с зеркалом – «Какой я?» (ребёнок показывает глаза, нос, руки). 2. Игра «Покажи» – «Где у тебя руки?», «Где у тебя глаза?». 3. Фотография – ребёнок показывает себя на фото.
Заключительная часть	Прощание.

Занятие № 30. Итоговое занятие (часть 1)

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Задачи:

- обобщить полученные знания;
- закрепить навыки коммуникации.

Оборудование: карточки, пиктограммы, игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Повторение жестов «привет», «пока», «да», «нет». 2. Повторение пиктограмм – ребёнок показывает знакомые карточки. 3. Игра «Что хочешь?» – ребёнок выбирает карточку или жест.
Заключительная часть	Прощание. Похвала.

Занятие № 30. Итоговое занятие (часть 2)

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Задачи:

- обобщить полученные знания;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки, пиктограммы, игрушки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие.
Основная часть	1. Свободная игра с использованием жестов и пиктограмм. 2. Рефлексия – «Что тебе запомнилось?». 3. Прощание.
Заключительная часть	Подведение итогов всей программы. Похвала. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Я и мой папа»

для детей дошкольного возраста (5–7 лет)

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598);
- Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 29.03.2024 № АБ-1122/07 «О направлении рекомендаций»;
- Алгоритма сопровождения детей участников (ветеранов) специальной военной операции (письмо Минпросвещения России и Минобрнауки России от 11.08.2023 № АБ-3386/07);
- Приказа Минпросвещения России от 1 ноября 2024 г. N 763 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

Целевая группа

Программа адресована детям дошкольного возраста (5–7 лет) **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2), чьи родители (законные представители) являются участниками (ветеранами) специальной военной операции. Численность группы: 4–6 детей. Занятия проводятся в **индивидуальной** форме по 20–25 минут, 1 раз в неделю.

Дети дошкольного возраста с нарушениями слуха, переживающие разлуку с родителем-участником СВО, находятся в зоне особой уязвимости. У них могут наблюдаться:

- повышенная тревожность, страхи, регрессивное поведение;
- нарушения сна и аппетита;
- эмоциональная нестабильность (плаксивость, агрессивность, замкнутость);
- трудности понимания ситуации разлуки;
- речевая регрессия (у детей с нарушениями слуха особенно заметно).

Программа учитывает возрастные и коммуникативные особенности детей, использует игровые и наглядные методы работы.

Актуальность программы

Дошкольный возраст является сензитивным периодом для формирования базового доверия к миру, эмоциональной привязанности и устойчивости. Для детей с нарушениями слуха,

чьи родители находятся в зоне СВО, этот период может быть осложнён травматическим опытом разлуки, непониманием происходящего, тревогой за близкого человека. Своевременная психологическая поддержка позволяет предотвратить формирование устойчивых невротических реакций и способствует сохранению психологического здоровья ребёнка.

Цель программы

Стабилизация психоэмоционального состояния, снижение тревожности, развитие навыков саморегуляции и формирование позитивного образа родителя у детей дошкольного возраста с нарушениями слуха, чьи родители являются участниками СВО.

Задачи программы

1. Снижение эмоционального напряжения и тревожности.
2. Формирование чувства безопасности и защищённости.
3. Развитие навыков выражения эмоций доступными способами (жесты, мимика, рисунок).
4. Формирование позитивного образа родителя (папы/мамы) через воспоминания и творчество.
5. Развитие навыков саморегуляции (дыхательные упражнения, игры на успокоение).
6. Укрепление доверительных отношений с педагогом-психологом.

Планируемые результаты

- Снижение уровня тревожности и эмоционального напряжения.
- Улучшение эмоционального фона.
- Формирование элементарных навыков саморегуляции.
- Развитие позитивного образа родителя.
- Укрепление чувства безопасности.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **15 занятий** (1 раз в неделю по 15–25 минут).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Головчиц, Л. А. Дошкольная сурдопедагогика / Л. А. Головчиц. — Москва : Владос, 2001.
3. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
5. Леонгард, Э. И., Самсонова, Е. Г. Развитие речи детей с нарушением слуха в семье / Э. И. Леонгард, Е. Г. Самсонова. — Москва : Просвещение, 1991.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Пелымская, Т. В., Шматко, Н. Д. Формирование устной речи дошкольников с нарушением слуха / Т. В. Пелымская, Н. Д. Шматко. — Москва : Владос, 2003.

8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Стребелева, Е. А. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста / Е. А. Стребелева. — Москва : Владос, 2005.
10. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
11. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Эмоциональное состояние	Наблюдение в игровой деятельности	Адаптированная схема наблюдения	Оценка эмоционального фона, тревожности, контакта с педагогом
Страхи	Беседа «Чего я боюсь?» (с использованием пиктограмм)	Адаптированная беседа	Выявление содержания и количества страхов
Отношение к родителю	Рисунок «Мой папа»	Адаптированная проективная методика	Оценка восприятия образа родителя, эмоционального отношения
Саморегуляция	Наблюдение в процессе игры	Адаптированная схема наблюдения	Оценка навыков саморегуляции, импульсивности

Тематический план (15 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 1. Я И МОИ ЧУВСТВА (занятия 1–6)					
1	Знакомство и адаптация	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы	Приветствие. Свободная игра с игрушками. Наблюдение.	Индивидуальная/малогрупповая, игровая, наблюдение
2	Где живёт тревога?	1	Снижение тревожности, работа с телесными зажимами	Упражнение «Покажи, где живёт тревога». Рисование «Моя тревога».	Индивидуальная/малогрупповая, арт-терапия
3	Эмоции в цвете	1	Учить различать эмоции через цвет	Игры с цветными карточками. Рисование настроения.	Индивидуальная/малогрупповая, арт-терапия
4	Мой личный светофор	1	Учить замечать, когда злишься или боишься	Игра «Светофор эмоций». Упражнение «Стоп».	Индивидуальная/малогрупповая, игровая
5	Остров безопасности	1	Создание ресурсного безопасного места	Рисование «Остров безопасности». Игра с песком.	Индивидуальная/малогрупповая, песочная терапия
6	Живой пластилин	1	Работа с гневом через лепку	Лепка из пластилина. Упражнение «Мой гнев».	Индивидуальная/малогрупповая, арт-терапия
БЛОК 2. МОЯ СЕМЬЯ И ПАПА-ГЕРОЙ (занятия 7–10)					
7	Письмо папе	1	Выражение чувств к папе через рисунок	Рисунок «Мой папа». Создание коллажа.	Индивидуальная/малогрупповая, арт-терапия
8	Сундучок	1	Воспоминания о сильных	Создание коробочки-оберега.	Индивидуальная/малогрупповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	силы от папы		моментах с папой	Беседа о папе.	творческая работа
9	Сказка о защитнике	1	Формирование образа сильного родителя	Сочинение и иллюстрирование сказки.	Индивидуальная/малогрупповая, сказкотерапия
10	Когда мама молчит	1	Помощь в понимании эмоционального состояния мамы	Игра «Угадай настроение». Беседа о чувствах мамы.	Индивидуальная/малогрупповая, игровая, беседа
БЛОК 3. ГРАНИЦЫ И КОНТРОЛЬ (занятия 11–12)					
11	Мой день	1	Снижение тревоги через структурирование дня	Визуальное расписание дня. Игра «Что сначала, что потом».	Индивидуальная/малогрупповая, игровая
12	Территория «Стоп»	1	Понятие личных границ	Игровые упражнения «Стоп», «Нельзя».	Индивидуальная/малогрупповая, игровая
БЛОК 4. ПАМЯТЬ И ГОРЕВАНИЕ (занятия 13–15)					
13	Свеча памяти	1	Ритуал выражения любви и памяти	Упражнение «Свеча» (безопасная). Рисование тепла.	Индивидуальная/малогрупповая, ритуал
14	Герой навсегда	1	Легализация права говорить о папе	Создание книги памяти. Беседа о папе.	Индивидуальная/малогрупповая, творческая работа
15	Мостик к папе	1	Символическая связь с родителем	Рисование «Мостик». Мысленный разговор.	Индивидуальная/малогрупповая, арт-терапия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Знакомство и адаптация

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- создать безопасную, располагающую атмосферу;
- провести первичное наблюдение.

Оборудование: игрушки (кукла, мишка, машинка), мягкие модули, набор Фребеля.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта с ребёнком. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Свободная игра – ребёнок выбирает игрушки, играет. Наблюдение за поведением, эмоциональным фоном, контактом. 2. Знакомство с правилами – простые правила (можно играть, можно не играть, можно сидеть рядом). 3. Игра «Поздоровайся» – жестом «привет» с игрушками.
Заключительная часть	Прощание жестом «пока». Похвала.

Занятие № 2. Где живёт тревога?

Цель: снижение тревожности, работа с телесными зажимами.

Задачи:

- помочь осознать телесные проявления тревоги;
- снизить уровень тревожности;
- развивать тактильное восприятие.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, мягкая кисточка, мяч-ёжик.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Покажи, где живёт тревога» – ребёнок показывает на себе (с помощью педагога), где он чувствует тревогу (в животе, в груди). 2. Массаж мячом-ёжиком – снятие напряжения.

Этап	Содержание
	3. Упражнение «Кисточка-ласковица» – мягкая кисточка по рукам, лицу (расслабление). 4. Рисование «Моя тревога» – свободное рисование.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 3. Эмоции в цвете

Цель: учить различать эмоции через цвет.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами эмоций (радость, грусть, страх, гнев);
- учить соотносить эмоцию с цветом;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, цветные карточки, бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию» – педагог показывает, ребёнок повторяет.
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммами – радость, грусть, страх, гнев. 2. Игра «Подбери цвет» – ребёнок подбирает цвет к эмоции. 3. Рисование настроения – ребёнок рисует своё настроение цветом.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Мой личный светофор

Цель: учить замечать, когда злишься или боишься.

Задачи:

- развивать навык самонаблюдения;
- учить распознавать сигналы своего тела;
- формировать элементарные навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки светофора (красный, жёлтый, зелёный), пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Светофор» – показ цветов.
Основная часть	1. Игра «Светофор эмоций» – красный – злюсь, жёлтый – боюсь, зелёный – спокоен. 2. Упражнение «Стоп» – по сигналу «Стоп» ребёнок останавливается и показывает эмоцию. 3. Обсуждение – «Когда ты злишься?», «Когда ты боишься?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Остров безопасности

Цель: создание ресурсного безопасного места.

Задачи:

- создать образ безопасного места;
- снизить уровень тревожности;
- развивать воображение.

Оборудование: песочный стол, фигурки, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование «Остров безопасности» – ребёнок рисует место, где ему хорошо и спокойно. 2. Игра с песком – ребёнок строит остров в песке. 3. Обсуждение – «Что есть на твоём острове?», «Кто там живёт?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Живой пластилин

Цель: работа с гневом через лепку.

Задачи:

- дать возможность выразить гнев безопасным способом;
- развивать мелкую моторику;
- обучать навыкам саморегуляции.

Оборудование: пластилин, доска для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мой гнев» – ребёнок лепит фигуру, выражающую гнев. 2. Обсуждение – «Что это?», «Что ты чувствуешь?». 3. Трансформация – ребёнок превращает «гнев» в «спокойствие» (сминает и лепит что-то хорошее).
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Письмо папе

Цель: выражение чувств к папе через рисунок.

Задачи:

- актуализировать образ папы;
- выразить чувства через рисунок;
- формировать позитивный образ отца.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Кто такой папа?».
Основная часть	1. Рисунок «Мой папа» – ребёнок рисует папу. 2. Обсуждение рисунка – «Какой твой папа?», «Что он любит делать?». 3. Создание коллажа – ребёнок наклеивает картинки, которые напоминают о папе.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Сундучок силы от папы

Цель: воспоминания о сильных моментах с папой.

Задачи:

- актуализировать положительные воспоминания о папе;
- формировать чувство связи с папой;
- создать ресурсный объект.

Оборудование: коробочка, наклейки, цветная бумага, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Что ты помнишь о папе?».
Основная часть	1. Беседа о сильных моментах – «Что папа делал с тобой?», «Что папа говорил?». 2. Создание коробочки-оберега – ребёнок украшает коробочку и кладёт туда «силу» (камешек, рисунок). 3. Обсуждение – «Когда тебе грустно, открывай коробочку и вспоминай папу».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Сказка о защитнике

Цель: формирование образа сильного родителя.

Задачи:

- развивать воображение через сказку;
- формировать позитивный образ отца-защитника;
- создавать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на сказку.
Основная часть	1. Рассказывание сказки – педагог начинает сказку о защитнике, ребёнок продолжает. 2. Иллюстрирование сказки – ребёнок рисует защитника. 3. Обсуждение – «Кто такой защитник?», «Папа – защитник?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Когда мама молчит

Цель: помощь в понимании эмоционального состояния мамы.

Задачи:

- учить понимать эмоции мамы;

- снижать чувство вины («мама плачет – это не моя вина»);
- развивать эмпатию.

Оборудование: пиктограммы эмоций, картинки с ситуациями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай настроение».
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – ребёнок показывает эмоции мамы. 2. Обсуждение – «Когда мама грустит?», «Что можно сделать, чтобы маме стало легче?». 3. Игра «Обними маму» – ребёнок показывает, как обнимает маму.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Мой день

Цель: снижение тревоги через структурирование дня.

Задачи:

- создать визуальное расписание дня;
- снизить тревожность от неопределённости;
- развивать навыки планирования.

Оборудование: карточки с режимными моментами, доска/флипчарт.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Что сначала, что потом» – ребёнок раскладывает карточки по порядку. 2. Создание визуального расписания – ребёнок вместе с педагогом составляет расписание дня. 3. Обсуждение – «Что мы делаем утром?», «Что вечером?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Территория «Стоп»

Цель: понятие личных границ.

Задачи:

- познакомить с понятием «моё пространство»;
- учить говорить «стоп», «нельзя»;
- развивать навыки самозащиты.

Оборудование: обруч, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Моё место».
Основная часть	1. Упражнение «Мои границы» – ребёнок садится в обруч, это его пространство. 2. Игровые упражнения «Стоп», «Нельзя» – ребёнок тренируется говорить «стоп», когда ему что-то неприятно. 3. Обсуждение – «Когда нужно говорить "стоп"?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Свеча памяти

Цель: ритуал выражения любви и памяти.

Задачи:

- создать безопасный ритуал памяти;
- выразить любовь к папе;
- снизить тревогу.

Оборудование: безопасная свеча (светодиодная), бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на спокойную работу.
Основная часть	1. Упражнение «Свеча» – ребёнок смотрит на безопасный огонёк, делает вдох-выдох. 2. Рисование тепла – ребёнок рисует тёплый свет. 3. Беседа – «Когда мы зажигаем свечу, мы вспоминаем о папе».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Герой навсегда

Цель: легализация права говорить о папе.

Задачи:

- дать право говорить о папе;
- создать книгу памяти;
- укреплять позитивный образ отца.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, фотографии (при наличии).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Что ты помнишь о папе?».
Основная часть	1. Создание книги памяти – ребёнок рисует страницы (папа, его дела, совместные моменты). 2. Обсуждение – «Что ты хочешь рассказать о папе?». 3. Беседа о героизме – «Папа – герой, потому что он защищает нас».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Мостик к папе

Цель: символическая связь с родителем.

Задачи:

- создать символическую связь с папой;
- развивать воображение;
- завершить программу на позитивной ноте.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Рисование «Мостик к папе» – ребёнок рисует мостик. 2. Мысленный разговор – «Что ты хочешь сказать папе?». 3. Обсуждение итогов – «Что тебе запомнилось на занятиях?».
Заключительная часть	Прощание. Благодарность.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Мой папа — герой»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 286);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 29.03.2024 № АБ-1122/07 «О направлении рекомендаций»;
- Алгоритма сопровождения детей участников (ветеранов) специальной военной операции (письмо Минпросвещения России и Минобрнауки России от 11.08.2023 № АБ-3386/07);
- Приказа Минпросвещения России от 1 ноября 2024 г. N 763 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 1–4 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2), чьи родители (законные представители) являются участниками (ветеранами) специальной военной операции. Численность группы: 6–8 человек. Занятия проводятся в **индивидуальной форме**, 1 раз в неделю по 30минут.

Дети младшего школьного возраста с нарушениями слуха, переживающие разлуку с родителем-участником СВО, находятся в зоне особой уязвимости. У них могут наблюдаться:

- повышенная тревожность, страхи, неуверенность;
- трудности концентрации внимания, снижение успеваемости;
- эмоциональная нестабильность (плаксивость, агрессивность, замкнутость);
- трудности в общении со сверстниками;
- чувство вины, стыда, одиночества.

Программа учитывает возрастные и коммуникативные особенности детей, использует игровые, наглядные и творческие методы работы.

Актуальность программы

Младший школьный возраст является важным этапом формирования личности, самооценки и социальных навыков. Для детей с нарушениями слуха, чьи родители находятся в зоне СВО или вернулись с ранениями, этот период осложнён травматическим опытом разлуки, тревогой за близкого человека, необходимостью адаптироваться к новым условиям. Своевременная психологическая поддержка позволяет предотвратить формирование устойчивых невротических реакций, снизить риск дезадаптации и способствует сохранению психологического здоровья ребёнка.

Цель программы

Стабилизация психоэмоционального состояния, снижение тревожности, развитие навыков саморегуляции, формирование позитивного образа родителя и навыков совладания с трудными жизненными ситуациями у обучающихся 1–4 классов с нарушениями слуха, чьи родители являются участниками СВО.

Задачи программы

1. Снижение эмоционального напряжения и тревожности.
2. Формирование чувства безопасности и защищённости.
3. Развитие навыков выражения эмоций доступными способами (жесты, мимика, рисунок, слово).
4. Формирование позитивного образа родителя (папы/мамы) через воспоминания и творчество.
5. Развитие навыков саморегуляции (дыхательные упражнения, игры на успокоение).
6. Развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия со сверстниками.
7. Формирование навыков совладания с трудными жизненными ситуациями.

Планируемые результаты

- Снижение уровня тревожности и эмоционального напряжения.
- Улучшение эмоционального фона.
- Формирование элементарных навыков саморегуляции.
- Развитие позитивного образа родителя.
- Укрепление чувства безопасности.
- Развитие коммуникативных навыков.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (1 раз в неделю по 30 минут).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
3. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.

4. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
5. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
6. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
7. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
8. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
9. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
10. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
11. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности
Тревожность	Шкала тревожности (адаптированная)	А.М. Прихожан	Оценка уровня школьной тревожности
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Оценка уровня самооценки
Отношение к родителю	Рисунок «Моя семья»	Классическая проективная методика	Оценка восприятия образа родителя, эмоционального отношения
Страхи	Беседа «Чего я боюсь?»	Адаптированная беседа	Выявление содержания и количества страхов
Саморегуляция	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка навыков саморегуляции, импульсивности

Тематический план (20 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 1. Я И МОИ ЧУВСТВА (занятия 1–6)					
1	Знакомство и адаптация	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Правила работы в группе.	Индивидуальная, игровая, беседа
2	Где живёт тревога?	1	Снижение тревожности, работа с телесными зажимами	Упражнение «Покажи, где живёт тревога». Рисование «Моя тревога». Релаксация.	Индивидуальная, арт-терапия, релаксация
3	Эмоции в цвете	1	Учить различать эмоции через цвет	Игры с карточками эмоций. Рисование настроения.	Индивидуальная, арт-терапия, игровая
4	Мой личный светофор	1	Учить замечать, когда злишься или боишься	Игра «Светофор эмоций». Упражнение «Стоп».	Индивидуальная, игровая, упражнение
5	Остров безопасности	1	Создание ресурсного безопасного места	Рисование «Остров безопасности». Работа с песком.	Индивидуальная, песочная терапия, арт-терапия
6	Живой пластилин	1	Работа с гневом через лепку	Лепка «Мой гнев». Трансформация в спокойствие.	Индивидуальная, арт-терапия
БЛОК 2. МОЯ СЕМЬЯ И ПАПА-ГЕРОЙ (занятия 7–11)					
7	Письмо папе	1	Выражение чувств к папе через рисунок	Рисунок «Мой папа». Создание коллажа.	Индивидуальная, арт-терапия, творческая работа
8	Сундучок	1	Воспоминания о	Создание коробочки-оберега.	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	силы от папы		сильных моментах с папой	Беседа о папе.	творческая работа, беседа
9	Сказка о защитнике	1	Формирование образа сильного родителя	Сочинение и иллюстрирование сказки.	Индивидуальная, сказкотерапия, творческая работа
10	Когда мама молчит	1	Помощь в понимании эмоционального состояния мамы	Игра «Угадай настроение». Беседа о чувствах мамы.	Индивидуальная, игровая, беседа
11	Сердце семьи	1	Укрепление связи с семьёй	Создание скульптуры/инсталляции «Сердце семьи».	Индивидуальная, творческая работа, беседа
БЛОК 3. ЯЗЫК ДОВЕРИЯ (занятия 12–15)					
12	Меня не слышат	1	Работа с чувством изолированности	Беседа. Поиск способов быть услышанным (жест, рисунок, письмо).	Индивидуальная, беседа, творческая работа
13	Маска супергероя	1	Формирование уверенного поведения	Как вести себя, когда спрашивают про папу. Тренинг уверенного поведения.	Индивидуальная, ролевая игра
14	Слова поддержки	1	Развитие навыков поддержки других	Жесты и фразы поддержки. Игра «Поддержи друга».	Индивидуальная, игровая, беседа
15	Дневник в картинках	1	Ежедневное отреагирование событий	Создание дневника в картинках. Рисование событий дня.	Индивидуальная, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 4. ГРАНИЦЫ И КОНТРОЛЬ (занятия 16–17)					
16	Мой день	1	Снижение тревоги через структурирование дня	Визуальное расписание дня. Игра «Что сначала, что потом».	Индивидуальная, игровая
17	Территория «Стоп»	1	Понятие личных границ	Игровые упражнения «Стоп», «Нельзя». Ролевая игра.	Индивидуальная, игровая, ролевая игра
БЛОК 5. ПАМЯТЬ И ГОРЕВАНИЕ (занятия 18–20)					
18	Свеча памяти	1	Ритуал выражения любви и памяти	Упражнение «Свеча» (безопасная). Рисование тепла.	Индивидуальная, ритуал, арт-терапия
19	Герой навсегда	1	Легализация права говорить о папе	Создание книги памяти. Беседа о папе.	Индивидуальная, творческая работа, беседа
20	Мостик к папе	1	Символическая связь с родителем	Рисование «Мостик». Мысленный разговор. Завершение программы.	Индивидуальная, арт-терапия, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Знакомство и адаптация

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы в группе;
- создать атмосферу доверия и безопасности.

Оборудование: мяч, карточки с именами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты (с использованием жестов и карточек). 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила. 3. Игра «Назови своё имя» – каждый называет имя и показывает жест.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что тебе понравилось?». Прощание.

Занятие № 2. Где живёт тревога?

Цель: снижение тревожности, работа с телесными зажимами.

Задачи:

- помочь осознать телесные проявления тревоги;
- снизить уровень тревожности;
- развивать навыки релаксации.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Покажи, где живёт тревога» – дети показывают на себе, где чувствуют тревогу. 2. Дыхательные упражнения – «Вдох-выдох».

Этап	Содержание
	3. Рисование «Моя тревога» – свободное рисование. 4. Релаксация под музыку.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 3. Эмоции в цвете

Цель: учить различать эмоции через цвет.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами эмоций;
- учить соотносить эмоцию с цветом;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, цветные карточки, бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммами – радость, грусть, страх, гнев. 2. Игра «Подбери цвет» – дети подбирают цвет к эмоции. 3. Рисование настроения – дети рисуют своё настроение цветом.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Мой личный светофор

Цель: учить замечать, когда злишься или боишься.

Задачи:

- развивать навык самонаблюдения;
- учить распознавать сигналы своего тела;
- формировать элементарные навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки светофора, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Светофор».

Этап	Содержание
Основная часть	1. Игра «Светофор эмоций» – красный – злюсь, жёлтый – боюсь, зелёный – спокоен. 2. Упражнение «Стоп» – по сигналу «Стоп» дети останавливаются и показывают эмоцию. 3. Обсуждение – «Когда ты злишься?», «Когда ты боишься?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Остров безопасности

Цель: создание ресурсного безопасного места.

Задачи:

- создать образ безопасного места;
- снизить уровень тревожности;
- развивать воображение.

Оборудование: песочный стол, фигурки, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование «Остров безопасности» – дети рисуют место, где им хорошо и спокойно. 2. Работа с песком – дети строят остров в песке. 3. Обсуждение – «Что есть на твоём острове?», «Кто там живёт?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Живой пластилин

Цель: работа с гневом через лепку.

Задачи:

- дать возможность выразить гнев безопасным способом;
- развивать мелкую моторику;
- обучать навыкам саморегуляции.

Оборудование: пластилин, доска для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мой гнев» – дети лепят фигуру, выражающую гнев. 2. Обсуждение – «Что это?», «Что ты чувствуешь?». 3. Трансформация – дети превращают «гнев» в «спокойствие».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Письмо папе

Цель: выражение чувств к папе через рисунок.

Задачи:

- актуализировать образ папы;
- выразить чувства через рисунок;
- формировать позитивный образ отца.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Кто такой папа?».
Основная часть	1. Рисунок «Мой папа» – дети рисуют папу. 2. Обсуждение рисунка – «Какой твой папа?», «Что он любит делать?». 3. Создание коллажа – дети наклеивают картинки, которые напоминают о папе.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Сундучок силы от папы

Цель: воспоминания о сильных моментах с папой.

Задачи:

- актуализировать положительные воспоминания о папе;
- формировать чувство связи с папой;
- создать ресурсный объект.

Оборудование: коробочка, наклейки, цветная бумага, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Что ты помнишь о папе?».
Основная часть	1. Беседа о сильных моментах – «Что папа делал с тобой?», «Что папа говорил?». 2. Создание коробочки-оберега – дети украшают коробочку и кладут туда «силу». 3. Обсуждение – «Когда тебе грустно, открывай коробочку и вспоминай папу».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Сказка о защитнике

Цель: формирование образа сильного родителя.

Задачи:

- развивать воображение через сказку;
- формировать позитивный образ отца-защитника;
- создавать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на сказку.
Основная часть	1. Рассказывание сказки – психолог начинает сказку о защитнике, дети продолжают. 2. Иллюстрирование сказки – дети рисуют защитника. 3. Обсуждение – «Кто такой защитник?», «Папа – защитник?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Когда мама молчит

Цель: помощь в понимании эмоционального состояния мамы.

Задачи:

- учить понимать эмоции мамы;
- снижать чувство вины («мама плачет – это не моя вина»);
- развивать эмпатию.

Оборудование: пиктограммы эмоций, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай настроение».
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – дети показывают эмоции мамы. 2. Обсуждение – «Когда мама грустит?», «Что можно сделать, чтобы маме стало легче?». 3. Игра «Обними маму» – дети показывают, как обнимают маму.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Сердце семьи

Цель: укрепление связи с семьёй.

Задачи:

- формировать чувство принадлежности к семье;
- развивать творческие способности;
- укреплять семейные связи.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски, пластилин.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа о семье – «Кто в твоей семье?», «Что вы делаете вместе?». 2. Создание скульптуры/инсталляции «Сердце семьи» – дети создают общее сердце из пластилина. 3. Обсуждение – «Что для тебя значит семья?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Меня не слышат

Цель: работа с чувством изолированности.

Задачи:

- обсудить чувство изолированности;
- найти способы быть услышанным;

- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, бумага, карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа – «Бывает ли, что тебя не слышат?», «Что ты чувствуешь?». 2. Поиск способов быть услышанным – жест, рисунок, письмо. 3. Ролевая игра – «Как сказать, чтобы тебя услышали».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Маска супергероя

Цель: формирование уверенного поведения.

Задачи:

- помочь справляться с вопросами о папе;
- развивать уверенное поведение;
- формировать право хранить молчание.

Оборудование: карточки с ситуациями, маски.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение – «Что делать, когда спрашивают про папу?». 2. Тренинг уверенного поведения – «Я могу сказать», «Я могу промолчать». 3. Ролевая игра – «Разговор с одноклассником».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Слова поддержки

Цель: развитие навыков поддержки других.

Задачи:

- учить поддерживать других;
- развивать эмпатию;

- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с фразами поддержки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Знакомство с жестами и фразами поддержки – «Ты молодец», «Я с тобой». 2. Игра «Поддержи друга» – дети по кругу поддерживают друг друга. 3. Обсуждение – «Когда тебе нужна поддержка?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Дневник в картинках

Цель: ежедневное отреагирование событий.

Задачи:

- учить выражать события дня через рисунок;
- развивать навыки самонаблюдения;
- формировать привычку отреагирования.

Оборудование: блокнот, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Создание дневника в картинках – дети оформляют обложку. 2. Рисование событий дня – дети рисуют, что произошло сегодня. 3. Обсуждение – «Что было хорошего?», «Что было трудного?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Мой день

Цель: снижение тревоги через структурирование дня.

Задачи:

- создать визуальное расписание дня;
- снизить тревожность от неопределённости;
- развивать навыки планирования.

Оборудование: карточки с режимными моментами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Что сначала, что потом» – дети раскладывают карточки по порядку. 2. Создание визуального расписания – дети вместе с психологом составляют расписание дня. 3. Обсуждение – «Что мы делаем утром?», «Что вечером?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Территория «Стоп»

Цель: понятие личных границ.

Задачи:

- познакомить с понятием «моё пространство»;
- учить говорить «стоп», «нельзя»;
- развивать навыки самозащиты.

Оборудование: обруч, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Моё место».
Основная часть	1. Упражнение «Мои границы» – дети садятся в обруч, это их пространство. 2. Игровые упражнения «Стоп», «Нельзя» – дети тренируются говорить «стоп». 3. Ролевая игра – «Как защитить себя».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Свеча памяти

Цель: ритуал выражения любви и памяти.

Задачи:

- создать безопасный ритуал памяти;
- выразить любовь к папе;
- снизить тревогу.

Оборудование: безопасная свеча (светодиодная), бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на спокойную работу.
Основная часть	1. Упражнение «Свеча» – дети смотрят на безопасный огонёк, делают вдох-выдох. 2. Рисование тепла – дети рисуют тёплый свет. 3. Беседа – «Когда мы зажигаем свечу, мы вспоминаем о папе».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Герой навсегда

Цель: легализация права говорить о папе.

Задачи:

- дать право говорить о папе;
- создать книгу памяти;
- укреплять позитивный образ отца.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, фотографии (при наличии).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Что ты помнишь о папе?».
Основная часть	1. Создание книги памяти – дети рисуют страницы (папа, его дела, совместные моменты). 2. Обсуждение – «Что ты хочешь рассказать о папе?». 3. Беседа о героизме – «Папа – герой, потому что он защищает нас».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Мостик к папе

Цель: символическая связь с родителем.

Задачи:

- создать символическую связь с папой;
- развивать воображение;
- завершить программу на позитивной ноте.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Рисование «Мостик к папе» – дети рисуют мостик. 2. Мысленный разговор – «Что ты хочешь сказать папе?». 3. Обсуждение итогов – «Что тебе запомнилось на занятиях?».
Заключительная часть	Прощание. Благодарность.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Я справляюсь»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 29.03.2024 № АБ-1122/07 «О направлении рекомендаций»;
- Алгоритма сопровождения детей участников (ветеранов) специальной военной операции (письмо Минпросвещения России и Минобрнауки России от 11.08.2023 № АБ-3386/07);
- Приказа Минпросвещения России от 1 ноября 2024 г. N 763 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2), чьи родители (законные представители) являются участниками (ветеранами) специальной военной операции. Возраст участников: 11–18 лет. Численность группы: 6–8 человек. Занятия проводятся в **индивидуальном формате**, 1 раз в неделю по 30 минут.

Подростки с нарушениями слуха, переживающие разлуку с родителем-участником СВО, находятся в зоне особой уязвимости. У них могут наблюдаться:

- повышенная тревожность, страхи, депрессивные состояния;
- эмоциональная нестабильность (агрессивность, замкнутость, апатия);
- трудности в общении со сверстниками, изоляция;
- чувство вины, стыда, одиночества;
- риск развития девиантного поведения (аутоагрессия, аддикции);
- трудности концентрации внимания, снижение успеваемости.

Программа учитывает возрастные и коммуникативные особенности подростков, использует дискуссионные, творческие и телесно-ориентированные методы работы.

Актуальность программы

Подростковый возраст является критическим периодом для формирования идентичности, самооценки и социальных навыков. Для подростков с нарушениями слуха, чьи родители находятся в зоне СВО или вернулись с ранениями, этот период осложнён травматическим опытом разлуки, тревогой за близкого человека, необходимостью адаптироваться к новым условиям, а также специфическими трудностями коммуникации. Своевременная психологическая поддержка позволяет предотвратить формирование устойчивых невротических реакций, снизить риск дезадаптации и девиантного поведения, способствует сохранению психологического здоровья подростка.

Цель программы

Стабилизация психоэмоционального состояния, снижение тревожности, развитие навыков саморегуляции, формирование позитивного образа родителя, навыков совладания с трудными жизненными ситуациями и жизнестойкости у обучающихся 5–9 классов с нарушениями слуха, чьи родители являются участниками СВО.

Задачи программы

1. Снижение эмоционального напряжения, тревожности и депрессивных проявлений.
2. Формирование чувства безопасности и защищённости.
3. Развитие навыков выражения эмоций доступными способами (жесты, мимика, рисунок, слово).
4. Формирование позитивного образа родителя (папы/мамы) через воспоминания и творчество.
5. Развитие навыков саморегуляции (дыхательные упражнения, релаксация, телесно-ориентированные техники).
6. Развитие коммуникативных навыков и навыков взаимодействия со сверстниками.
7. Формирование навыков совладания с трудными жизненными ситуациями.
8. Развитие жизнестойкости, позитивного образа будущего, целей в жизни.
9. Профилактика девиантного поведения и аутоагрессии.

Планируемые результаты

- Снижение уровня тревожности и эмоционального напряжения.
- Улучшение эмоционального фона.
- Формирование навыков саморегуляции.
- Развитие позитивного образа родителя.
- Укрепление чувства безопасности.
- Развитие коммуникативных навыков.
- Развитие жизнестойкости и позитивного образа будущего.
- Снижение риска девиантного поведения.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (1 раз в неделю по 30 минут).

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.

2. Горьковая, И. А., Микляева, А. В. Социально-психологические факторы жизнестойкости подростков с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика : монография / И. А. Горьковая, А. В. Микляева. — Санкт-Петербург : Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2019.
3. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
4. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
5. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
8. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
9. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
10. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
11. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности
Тревожность	Шкала тревожности (адаптированная)	А.М. Прихожан	Оценка уровня тревожности
Депрессивные состояния	Шкала депрессивных состояний (адаптированная)	М. Ковач	Выявление депрессивных проявлений
Самооценка	Методика	Дембо-	Оценка уровня

Сфера	Методика	Источник	Цель
	«Самооценка»	Рубинштейн (мод. Прихожан)	самооценки
Жизнестойкость	Тест жизнестойкости (адаптированный)	С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева)	Оценка уровня жизнестойкости и её компонентов
Отношение к родителю	Рисунок «Моя семья»	Классическая проективная методика	Оценка восприятия образа родителя
Саморегуляция	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка навыков саморегуляции

Тематический план (20 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 1. Я И МОИ ЧУВСТВА (занятия 1–6)					
1	Знакомство и адаптация	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Правила работы в группе.	Индивидуальная, игровая, беседа
2	Где живёт тревога?	1	Снижение тревожности, работа с телесными зажимами	Упражнение «Покажи, где живёт тревога». Рисование «Моя тревога». Релаксация.	Индивидуальная, арт-терапия, релаксация
3	Эмоции в цвете	1	Учить различать эмоции через цвет	Работа с карточками эмоций. Рисование настроения.	Индивидуальная, арт-терапия, игровая
4	Мой личный светофор	1	Учить замечать, когда злишься или боишься	Игра «Светофор эмоций». Упражнение «Стоп».	Индивидуальная, игровая, упражнение
5	Остров безопасности	1	Создание ресурсного безопасного места	Рисование «Остров безопасности». Работа с песком.	Индивидуальная, песочная терапия, арт-терапия
6	Живой пластилин	1	Работа с гневом через лепку	Лепка «Мой гнев». Трансформация в спокойствие.	Индивидуальная, арт-терапия
БЛОК 2. МОЯ СЕМЬЯ И ПАПА-ГЕРОЙ (занятия 7–11)					
7	Письмо папе	1	Выражение чувств к папе через рисунок	Рисунок «Мой папа». Создание коллажа.	Индивидуальная, арт-терапия, творческая работа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
8	Сундучок силы от папы	1	Воспоминания о сильных моментах с папой	Создание коробочки-оберега. Беседа о папе.	Индивидуальная, творческая работа, беседа
9	Сказка о защитнике	1	Формирование образа сильного родителя	Сочинение и иллюстрирование сказки.	Индивидуальная, сказкотерапия, творческая работа
10	Когда мама молчит	1	Помощь в понимании эмоционального состояния мамы	Игра «Угадай настроение». Беседа о чувствах мамы.	Индивидуальная, игровая, беседа
11	Сердце семьи	1	Укрепление связи с семьёй	Создание скульптуры/инсталляции «Сердце семьи».	Индивидуальная, творческая работа, беседа
БЛОК 3. ЯЗЫК ДОВЕРИЯ (занятия 12–15)					
12	Меня не слышат	1	Работа с чувством изолированности	Беседа. Поиск способов быть услышанным. Ролевая игра.	Индивидуальная, беседа, ролевая игра
13	Маска супергероя	1	Формирование уверенного поведения	Как вести себя, когда спрашивают про папу. Тренинг уверенного поведения.	Индивидуальная, ролевая игра
14	Слова поддержки	1	Развитие навыков поддержки других	Жесты и фразы поддержки. Игра «Поддержи друга».	Индивидуальная, игровая, беседа
15	Дневник в картинках	1	Ежедневное отреагирование событий	Создание дневника в картинках. Рисование событий дня.	Индивидуальная, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 4. ГРАНИЦЫ И КОНТРОЛЬ (занятия 16–17)					
16	Мой день	1	Снижение тревоги через структурирование дня	Визуальное расписание дня. Игра «Что сначала, что потом».	Индивидуальная, игровая
17	Территория «Стоп»	1	Понятие личных границ	Игровые упражнения «Стоп», «Нельзя». Ролевая игра.	Индивидуальная, игровая, ролевая игра
БЛОК 5. ПАМЯТЬ И ГОРЕВАНИЕ (занятия 18–20)					
18	Свеча памяти	1	Ритуал выражения любви и памяти	Упражнение «Свеча» (безопасная). Рисование тепла.	Индивидуальная, ритуал, арт-терапия
19	Герой навсегда	1	Легализация права говорить о папе	Создание книги памяти. Беседа о папе.	Индивидуальная, творческая работа, беседа
20	Мостик к папе	1	Символическая связь с родителем	Рисование «Мостик». Мысленный разговор. Завершение программы.	Индивидуальная, арт-терапия, рефлексия

Конспекты занятий

БЛОК 1. Я И МОИ ЧУВСТВА

Занятие № 1. Знакомство и адаптация

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы в группе;
- создать атмосферу доверия и безопасности.

Оборудование: мяч, карточки с именами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты. 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила. 3. Упражнение «Моё имя» – каждый называет имя и рассказывает, что оно значит.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что тебе понравилось?». Прощание.

Занятие № 2. Где живёт тревога?

Цель: снижение тревожности, работа с телесными зажимами.

Задачи:

- помочь осознать телесные проявления тревоги;
- снизить уровень тревожности;
- развивать навыки релаксации.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Покажи, где живёт тревога» – подростки показывают на себе, где чувствуют тревогу.

Этап	Содержание
	2. Дыхательные упражнения – «Вдох-выдох», «Квадратное дыхание». 3. Рисование «Моя тревога» – свободное рисование. 4. Релаксация под музыку.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 3. Эмоции в цвете

Цель: учить различать эмоции через цвет.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами эмоций;
- учить соотносить эмоцию с цветом;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, цветные карточки, бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммами – радость, грусть, страх, гнев, удивление. 2. Игра «Подбери цвет» – подростки подбирают цвет к эмоции. 3. Рисование настроения – подростки рисуют своё настроение цветом.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Мой личный светофор

Цель: учить замечать, когда злишься или боишься.

Задачи:

- развивать навык самонаблюдения;
- учить распознавать сигналы своего тела;
- формировать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки светофора, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Светофор».
Основная часть	1. Игра «Светофор эмоций» – красный – злюсь, жёлтый – боюсь, зелёный – спокоен. 2. Упражнение «Стоп» – по сигналу «Стоп» подростки останавливаются и показывают эмоцию. 3. Обсуждение – «Когда ты злишься?», «Когда ты боишься?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Остров безопасности

Цель: создание ресурсного безопасного места.

Задачи:

- создать образ безопасного места;
- снизить уровень тревожности;
- развивать воображение.

Оборудование: песочный стол, фигурки, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование «Остров безопасности» – подростки рисуют место, где им хорошо и спокойно. 2. Работа с песком – подростки строят остров в песке. 3. Обсуждение – «Что есть на твоём острове?», «Кто там живёт?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Живой пластилин

Цель: работа с гневом через лепку.

Задачи:

- дать возможность выразить гнев безопасным способом;
- развивать мелкую моторику;
- обучать навыкам саморегуляции.

Оборудование: пластилин, доска для лепки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мой гнев» – подростки лепят фигуру, выражающую гнев. 2. Обсуждение – «Что это?», «Что ты чувствуешь?». 3. Трансформация – подростки превращают «гнев» в «спокойствие».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Письмо папе

Цель: выражение чувств к папе через рисунок.

Задачи:

- актуализировать образ папы;
- выразить чувства через рисунок;
- формировать позитивный образ отца.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Кто такой папа?».
Основная часть	1. Рисунок «Мой папа» – подростки рисуют папу. 2. Обсуждение рисунка – «Какой твой папа?», «Что он любит делать?». 3. Создание коллажа – подростки наклеивают картинки, которые напоминают о папе.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Сундучок силы от папы

Цель: воспоминания о сильных моментах с папой.

Задачи:

- актуализировать положительные воспоминания о папе;
- формировать чувство связи с папой;
- создать ресурсный объект.

Оборудование: коробочка, наклейки, цветная бумага, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Что ты помнишь о папе?».
Основная часть	1. Беседа о сильных моментах – «Что папа делал с тобой?», «Что папа говорил?». 2. Создание коробочки-оберега – подростки украшают коробочку и кладут туда «силу». 3. Обсуждение – «Когда тебе грустно, открывай коробочку и вспоминай папу».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Сказка о защитнике

Цель: формирование образа сильного родителя.

Задачи:

- развивать воображение через сказку;
- формировать позитивный образ отца-защитника;
- создавать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на сказку.
Основная часть	1. Рассказывание сказки – психолог начинает сказку о защитнике, подростки продолжают. 2. Иллюстрирование сказки – подростки рисуют защитника. 3. Обсуждение – «Кто такой защитник?», «Папа – защитник?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Когда мама молчит

Цель: помощь в понимании эмоционального состояния мамы.

Задачи:

- учить понимать эмоции мамы;

- снижать чувство вины («мама плачет – это не моя вина»);
- развивать эмпатию.

Оборудование: пиктограммы эмоций, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Угадай настроение».
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – подростки показывают эмоции мамы. 2. Обсуждение – «Когда мама грустит?», «Что можно сделать, чтобы маме стало легче?». 3. Ролевая игра – «Как поддержать маму».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Сердце семьи

Цель: укрепление связи с семьёй.

Задачи:

- формировать чувство принадлежности к семье;
- развивать творческие способности;
- укреплять семейные связи.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски, пластилин.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа о семье – «Кто в твоей семье?», «Что вы делаете вместе?». 2. Создание скульптуры/инсталляции «Сердце семьи» – подростки создают общее сердце из пластилина. 3. Обсуждение – «Что для тебя значит семья?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Меня не слышат

Цель: работа с чувством изолированности.

Задачи:

- обсудить чувство изолированности;
- найти способы быть услышанным;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа – «Бывает ли, что тебя не слышат?», «Что ты чувствуешь?». 2. Поиск способов быть услышанным – жест, рисунок, письмо. 3. Ролевая игра – «Как сказать, чтобы тебя услышали».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Маска супергероя

Цель: формирование уверенного поведения.

Задачи:

- помочь справляться с вопросами о папе;
- развивать уверенное поведение;
- формировать право хранить молчание.

Оборудование: карточки с ситуациями, маски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение – «Что делать, когда спрашивают про папу?». 2. Тренинг уверенного поведения – «Я могу сказать», «Я могу промолчать». 3. Ролевая игра – «Разговор с одноклассником».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Слова поддержки

Цель: развитие навыков поддержки других.

Задачи:

- учить поддерживать других;
- развивать эмпатию;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с фразами поддержки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Знакомство с жестами и фразами поддержки – «Ты молодец», «Я с тобой». 2. Игра «Поддержи друга» – подростки по кругу поддерживают друг друга. 3. Обсуждение – «Когда тебе нужна поддержка?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Дневник в картинках

Цель: ежедневное отреагирование событий.

Задачи:

- учить выражать события дня через рисунок;
- развивать навыки самонаблюдения;
- формировать привычку отреагирования.

Оборудование: блокнот, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Создание дневника в картинках – подростки оформляют обложку. 2. Рисование событий дня – подростки рисуют, что произошло сегодня. 3. Обсуждение – «Что было хорошего?», «Что было трудного?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Мой день

Цель: снижение тревоги через структурирование дня.

Задачи:

- создать визуальное расписание дня;
- снизить тревожность от неопределённости;
- развивать навыки планирования.

Оборудование: карточки с режимными моментами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Игра «Что сначала, что потом» – подростки раскладывают карточки по порядку. 2. Создание визуального расписания – подростки вместе с психологом составляют расписание дня. 3. Обсуждение – «Что мы делаем утром?», «Что вечером?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Территория «Стоп»

Цель: понятие личных границ.

Задачи:

- познакомить с понятием «моё пространство»;
- учить говорить «стоп», «нельзя»;
- развивать навыки самозащиты.

Оборудование: обруч, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Моё место».
Основная часть	1. Упражнение «Мои границы» – подростки садятся в обруч, это их пространство. 2. Игровые упражнения «Стоп», «Нельзя» – подростки тренируются говорить «стоп». 3. Ролевая игра – «Как защитить себя».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Свеча памяти

Цель: ритуал выражения любви и памяти.

Задачи:

- создать безопасный ритуал памяти;
- выразить любовь к папе;
- снизить тревогу.

Оборудование: безопасная свеча (светодиодная), бумага, цветные карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на спокойную работу.
Основная часть	1. Упражнение «Свеча» – подростки смотрят на безопасный огонёк, делают вдох-выдох. 2. Рисование тепла – подростки рисуют тёплый свет. 3. Беседа – «Когда мы зажигаем свечу, мы вспоминаем о папе».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Герой навсегда

Цель: легализация права говорить о папе.

Задачи:

- дать право говорить о папе;
- создать книгу памяти;
- укреплять позитивный образ отца.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, фотографии (при наличии).

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Беседа «Что ты помнишь о папе?».
Основная часть	1. Создание книги памяти – подростки рисуют страницы (папа, его дела, совместные моменты). 2. Обсуждение – «Что ты хочешь рассказать о папе?». 3. Беседа о героизме – «Папа – герой, потому что он защищает нас».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Мостик к папе

Цель: символическая связь с родителем.

Задачи:

- создать символическую связь с папой;
- развивать воображение;
- завершить программу на позитивной ноте.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Рисование «Мостик к папе» – подростки рисуют мостик. 2. Мысленный разговор – «Что ты хочешь сказать папе?». 3. Обсуждение итогов – «Что тебе запомнилось на занятиях?».
Заключительная часть	Прощание. Благодарность.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Путь через шторм»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 4–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37, переживающих **кризисные психотравмирующие ситуации**, в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Программа носит **индивидуальный или групповой характер** (в зависимости от запроса и состояния обучающихся) и учитывает особые образовательные потребности, личностные особенности и **сложную социальную ситуацию развития** обучающихся.

Нормативно-правовая основа программы

- Программа разработана на основе следующих нормативных документов:
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (ФГОС ООО, с изменениями 2026 г.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Положения о психолого-педагогическом консилиуме МБОУ С(К)ШИ № 37;
- Учебно-методического пособия: Пискун О.Ю. «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (НГПУ, 2005).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся **4–9 классов** со **сложной структурой дефекта**, переживающим **кризисные психотравмирующие ситуации**.

К кризисным психотравмирующим ситуациям относятся:

- развод родителей;
- конфликтные отношения в семье;
- физическое, психологическое или эмоциональное насилие;
- потеря близкого человека;
- длительная разлука с родителями;
- эмоциональная депривация;
- дефицит любви и принятия;
- отсутствие авторитета и значимого взрослого;
- переживание разочарования в родителях;
- трудности в установлении доверительных отношений;
- склонность к нежелательному поведению как способу совладания с внутренним напряжением.

Обучающиеся нуждаются в **комплексной поддержке**, в **фигуре важного взрослого**, на которого можно положиться. Несмотря на подростковый возраст, потребность в **значимом взрослом**, **принятии**, **безусловной поддержке** и **эмоциональной стабильности** остаётся крайне высокой.

Актуальность программы

Современные требования к образованию детей с ОВЗ ориентируют педагога-психолога на **формирование жизненных компетенций**, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию. Для обучающихся, переживающих кризисные психотравмирующие ситуации, особенно важным является **создание психологически безопасной среды**, в которой они смогут:

- прожить и переработать травмирующий опыт;
- развивать навыки эмоциональной саморегуляции;
- формировать конструктивные способы общения;
- укреплять произвольную регуляцию поведения;
- развивать высшие психические функции (внимание, память, мышление, речь);
- адаптироваться к условиям школьной среды;
- получить опыт доверительных отношений со значимым взрослым;
- сформировать внутренние ориентиры и внутреннюю опору.

Программа учитывает **индивидуальные особенности** обучающихся, их **эмоциональное состояние**, **поведенческие реакции** и **сложную социальную ситуацию развития**.

Цель программы

Создание условий для проживания и преодоления кризисных психотравмирующих ситуаций; коррекции и развития коммуникативной и эмоциональной сферы, высших психических функций, произвольной регуляции деятельности и поведения; работы с эмоциональным состоянием; коррекции и профилактики нежелательного поведения; помощи в адаптации к условиям школьной среды; восполнения дефицита доверительных отношений со значимым взрослым; формирования внутренних ориентиров и внутренней опоры.

Задачи программы

1. Помощь в проживании и преодолении кризисной психотравмирующей ситуации:
    - создание психологически безопасной среды;
    - отреагирование травмирующих переживаний;

- формирование навыков совладания со стрессом;
- развитие жизнеспособности и внутренней опоры.

2. Коррекция и развитие коммуникативной и эмоциональной сферы:

    - формирование навыков конструктивного общения;
    - развитие умения понимать и выражать свои эмоции;
    - обучение способам эмоциональной саморегуляции;
    - развитие эмпатии и понимания чувств других людей;
    - формирование опыта доверительных отношений со взрослым.

3. Коррекция и развитие высших психических функций:

    - развитие внимания (концентрации, устойчивости, переключения);
    - развитие памяти (зрительной, слуховой, ассоциативной, смысловой);
    - развитие мышления (наглядно-образного, логического, критического);
    - развитие речи (связной, аргументированной).

4. Развитие произвольной регуляции деятельности и поведения:

    - формирование умения действовать по правилу и образцу;
    - развитие самоконтроля и саморегуляции;
    - обучение способам управления своим поведением.

5. Работа с эмоциональным состоянием:

    - снижение эмоционального напряжения;
    - обучение приёмам релаксации;
    - формирование позитивного эмоционального фона;
    - работа с чувствами обиды, гнева, разочарования, страха.

6. Коррекция и профилактика нежелательного поведения:

    - обучение конструктивным способам выражения эмоций;
    - формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов;
    - профилактика агрессивного и аутоагрессивного поведения;
    - формирование позитивных способов привлечения внимания.

7. Помощь в адаптации к условиям школьной среды:

    - создание психологически безопасной среды;
    - формирование навыков учебного сотрудничества;
    - поддержка в установлении контактов со сверстниками и взрослыми;
    - формирование опыта успешности.

8. Восполнение дефицита доверительных отношений со значимым взрослым:

    - формирование доверительных отношений с педагогом-психологом;
    - создание условий для переживания опыта принятия и поддержки;
    - формирование внутренней опоры и уверенности в себе.

9. Формирование внутренних ориентиров и внутренней опоры:

    - развитие самопознания и самооценки;

- формирование жизненных целей и ценностей;
- развитие умения принимать решения и делать выбор.

Планируемые результаты

В эмоциональной сфере:

- снижение эмоционального напряжения;
- проживание и переработка травмирующих переживаний;
- формирование позитивного эмоционального фона;
- развитие навыков эмоциональной саморегуляции.

В коммуникативной сфере:

- умение понимать и выражать свои эмоции;
- навыки конструктивного общения;
- развитие эмпатии;
- опыт доверительных отношений со взрослым.

В познавательной сфере:

- развитие концентрации и устойчивости внимания;
- укрепление памяти;
- развитие мышления и речи.

В регуляторной сфере:

- умение действовать по правилу и образцу;
- навыки самоконтроля и саморегуляции;
- способность управлять своим поведением.

В личностной сфере:

- формирование внутренней опоры и уверенности в себе;
- наличие внутренних ориентиров и жизненных целей;
- профилактика нежелательного поведения;
- успешная адаптация к условиям школьной среды;
- развитие жизнеспособности.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **14 занятий** (2 диагностических + 12 коррекционно-развивающих). Занятия проводятся **1 раз в неделю** (или 2 раза в неделю в зависимости от состояния обучающихся).

- **Занятия 1–2 — диагностический блок**:
  - Занятие 1 — первичная диагностика (индивидуальное обследование);
  - Занятие 2 — диагностика эмоционального состояния, выявление кризисных переживаний.
- **Занятия 3–14 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (12 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–2): сбор информации об уровне развития когнитивной, эмоционально-волевой, коммуникативной и регуляторной сфер обучающихся, выявление кризисных переживаний, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 3–14): реализация содержательных разделов:

1. Проживание и отреагирование кризисных переживаний (занятия 3–5).
2. Развитие эмоциональной саморегуляции (занятия 6–8).
3. Развитие коммуникативной сферы и доверительных отношений (занятия 9–11).
4. Формирование внутренних ориентиров и жизненных целей (занятия 12–14).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода, **безопасности и конфиденциальности**.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения (концентрация, переключение внимания);
- тренинговые упражнения (саморегуляция, стрессоустойчивость);
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- ролевые игры (разрешение конфликтов, эмпатия);
- групповые дискуссии (анализ жизненных ситуаций, выбор решений);
- релаксационные упражнения (дыхательные, мышечные);
- диагностические методики (тесты, анкеты, наблюдение);
- работа с текстами, таблицами, схемами;
- беседы, направленные на формирование доверительных отношений;
- проективные методики (рисунок, коллаж, метафора).

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями, социальным педагогом и родителями (законными представителями).

Формат проведения: индивидуальный или групповой (по запросу и в зависимости от состояния обучающихся).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 280 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.

3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.
17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.
24. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
25. Ахутина, Т. В., Пылаева, Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.
26. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2025. — 288 с.

27. Дмитриева, Е. Е. Коммуникативное развитие детей с ОВЗ: теория и практика. — М. : Юрайт, 2024. — 215 с.
28. Кузнецова, Л. В. Сенсорная интеграция в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. — М. : Владос, 2025. — 198 с.
29. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — 2-е изд. — СПб. : Речь, 2024. — 400 с.
30. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Типология отклоняющегося развития: модель анализа и её использование в практической деятельности. — 4-е изд. — М. : Генезис, 2025. — 368 с.
31. Овчарова, Р. В. Психология родительства и семейного воспитания. — М. : Юрайт, 2024. — 380 с.
32. Филиппова, Г. Г. Психология материнства. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2025. — 256 с.
33. Шипицына, Л. М. Психология детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.
34. Малкина-Пых, И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. — М. : Юрайт, 2024. — 450 с.
35. Тарабрина, Н. В. Психология посттравматического стресса. — 3-е изд. — М. : Юрайт, 2025. — 380 с.
36. Василюк, Ф. Е. Психология переживания. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2024. — 320 с.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Адаптированный вариант (И.А. Михаленкова, С.Д. Забрамная)	Исследование объёма зрительной памяти
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн	Оценка понимания причинно-

Сфера	Методика	Источник	Цель
			следственных связей
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки
Эмоциональная сфера	«Эмоциональные лица»	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Диагностика распознавания базовых эмоций
Эмоциональная сфера	«Страхи в домиках»	А.И. Захаров, М.А. Панфилова	Выявление страхов и тревожности
Эмоциональная сфера	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния
Детско-родительские отношения	«Рисунок семьи»	Классическая методика	Выявление особенностей восприятия семейных отношений
Детско-родительские отношения	«Семейная социограмма»	Э.Г. Эйдемиллер	Оценка семейных отношений
Кризисные переживания	«Незаконченные предложения»	Адаптированный вариант	Выявление кризисных переживаний
Кризисные переживания	«Моя жизнь» (проективная)	Адаптированный вариант	Оценка восприятия жизненных событий
Тревожность	Тест школьной тревожности Филлипса	Б. Филлипс	Диагностика уровня и характера тревожности
Жизнеспособность	Тест витальности (ИТО)	Муниципальная программа	Оценка уровня жизнеспособности, эмоциональной устойчивости

Сфера	Методика	Источник	Цель
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков
Адаптация	Диагностическое наблюдение + беседа с учителем и родителями	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня адаптированности
Поведение	Карта наблюдений (адаптированная)	Д. Стотт	Выявление признаков нежелательного поведения
Значимый взрослый	Беседа «Мой важный взрослый»	Адаптированный вариант	Выявление потребности в значимом взрослом

Тематическое планирование (14 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	**Познай себя: первый шаг**	1	Первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния.	Методики: «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка». Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, беседа, рисование
2	**Мой внутренний мир: кризис и эмоции**	1	Диагностика эмоционального состояния, выявление кризисных переживаний, страхов, тревожности, особенностей семейных отношений.	«Эмоциональные лица», «Страхи в домиках», Цветовой тест Люшера, «Рисунок семьи», «Незаконченные предложения».	Индивидуальная, диагностическая, проективная
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–14)					
Раздел 1. Проживание и отреагирование кризисных переживаний (занятия 3–5)					
3	**Шторм: учимся называть чувства**	1	Помощь в осознании и назывании кризисных переживаний.	«Мои чувства», «Метафора шторма», рисование.	Индивидуальная/групповая, арт-терапия
4	**Волны: учимся выражать боль**	1	Отреагирование травмирующих переживаний через творчество.	Арт-терапия «Моя боль», «Письмо обидчику».	Индивидуальная/групповая, арт-терапия
5	**Берег: учимся**	1	Формирование навыков	«Река жизни»,	Индивидуальная/групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	отпускать		прощения и принятия ситуации.	«Отпускаю...», релаксация.	арт-терапия
Раздел 2. Развитие эмоциональной саморегуляции (занятия 6–8)					
6	**Якорь: учимся успокаиваться**	1	Обучение приёмам саморегуляции и релаксации.	Дыхательные упражнения, «Спокойное место».	Индивидуальная/групповая, тренинг
7	**Компас: учимся управлять гневом**	1	Обучение конструктивному выражению гнева.	«Я-сообщения», «Спокойный уголок».	Индивидуальная/групповая, тренинг
8	**Маяк: учимся справляться со стрессом**	1	Формирование стрессоустойчивости.	«Мои ресурсы», «Копилка способов».	Индивидуальная/групповая, тренинг
Раздел 3. Развитие коммуникативной сферы и доверительных отношений (занятия 9–11)					
9	**Мост: учимся говорить и слушать**	1	Формирование навыков конструктивного общения.	«Я-сообщения», «Активное слушание».	Индивидуальная/групповая, беседа
10	**Остров: учимся строить отношения**	1	Развитие навыков построения дружеских отношений.	«Мой друг», «Как поддержать друга?».	Индивидуальная/групповая, беседа
11	**Порт: учимся доверять**	1	Формирование опыта доверительных отношений со значимым взрослым.	«Мой важный взрослый», «Кто может меня поддержать?».	Индивидуальная/групповая, беседа, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Раздел 4. Формирование внутренних ориентиров и жизненных целей (занятия 12–14)					
12	**Звёзды: учимся видеть хорошее**	1	Формирование позитивной самооценки.	«Мои достижения», «Я могу».	Индивидуальная/групповая, беседа
13	**Горизонт: учимся мечтать**	1	Формирование жизненных целей и планов.	«Моя мечта», «Шаги к цели».	Индивидуальная/групповая, творческая
14	**Новый путь: планы на будущее**	1	Завершение программы. Постановка целей на будущее.	«Письмо себе в будущее», обсуждение.	Индивидуальная/групповая, беседа

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Познай себя: первый шаг

Цель: первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния.

Задачи:

- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Запомни рисунки»;
- провести методику «Четвёртый лишний»;
- провести методику «Лесенка»;
- провести беседу об эмоциях;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки методик, карточки с пиктограммами эмоций, цветные карандаши, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать и различать эмоции».
Основная часть	1. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. Методика «Запомни рисунки» — предъявление 10 предметных картинок, ребёнок запоминает, затем воспроизводит по памяти. 3. Методика «Четвёртый лишний» — предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет. 4. Методика «Лесенка» — ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 5. Беседа об эмоциях — показываем пиктограммы, ребёнок называет/показывает эмоцию, рассказывает, когда он так себя чувствовал.
Заключительная часть	Релаксация «Спокойное дыхание». Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Мой внутренний мир: кризис и эмоции

Цель: диагностика эмоционального состояния, выявление кризисных переживаний, страхов, тревожности, особенностей семейных отношений.

Задачи:

- провести методику «Эмоциональные лица»;
- провести методику «Страхи в домиках»;
- провести цветовой тест Люшера (адаптированный);

- провести проективную методику «Рисунок семьи»;
- провести методику «Незаконченные предложения» (адаптированный вариант);
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: карточки с эмоциями, бланки «Страхи в домиках», цветные карточки Люшера, листы для рисования, бланк «Незаконченные предложения», протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы поговорим о твоих чувствах и настроении».
Основная часть	1. Методика «Эмоциональные лица» — ребёнок соотносит эмоции с ситуациями. 2. Методика «Страхи в домиках» — ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. 3. Цветовой тест Люшера (адаптированный) — выбор цветов. 4. Проективная методика «Рисунок семьи» — ребёнок рисует свою семью. 5. Методика «Незаконченные предложения» — ребёнок завершает предложения.
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» — дыхательное упражнение. Прощание.

Занятие № 3. Шторм: учимся называть чувства

Цель: помощь в осознании и назывании кризисных переживаний.

Задачи:

- помочь осознать и назвать свои чувства;
- развивать умение выражать эмоции словами;
- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с эмоциями, листы для рисования, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое шторм? Бывает ли шторм внутри нас?».
Основная часть	1. «Мои чувства» — называние чувств. 2. «Метафора шторма» — рисование. 3. «Когда я чувствую...» — обсуждение ситуаций.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие чувства тебе легче называть?». Прощание.

Занятие № 4. Волны: учимся выражать боль

Цель: отреагирование травмирующих переживаний через творчество.

Задачи:

- помочь выразить травмирующие переживания;
- развивать навык безопасного выражения боли;
- формировать навык саморегуляции.

Оборудование: листы для рисования, краски, песок.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое боль? Как она выглядит?».
Основная часть	1. Арт-терапия «Моя боль» — рисование. 2. «Письмо обидчику» — упражнение. 3. «Волны» — работа с песком.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогло тебе выразить боль?». Прощание.

Занятие № 5. Берег: учимся отпускать

Цель: формирование навыков прощения и принятия ситуации.

Задачи:

- помочь принять ситуацию;
- развивать навык прощения;
- формировать внутреннюю опору.

Оборудование: листы для рисования, краски, музыка для релаксации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что значит отпустить?».
Основная часть	1. «Река жизни» — рисование. 2. «Отпускаю...» — упражнение. 3. Релаксация «Берег».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогает отпускать?». Прощание.

Занятие № 6. Якорь: учимся успокаиваться

Цель: обучение приёмам саморегуляции и релаксации.

Задачи:

- учить расслабляться;
- осваивать дыхательные упражнения;
- формировать навык саморегуляции.

Оборудование: музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое якорь?».
Основная часть	1. Дыхательные упражнения «Спокойное дыхание». 2. «Шалтай-Болтай» — расслабление мышц. 3. «Моё спокойное место» — визуализация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе успокоиться?». Прощание.

Занятие № 7. Компас: учимся управлять гневом

Цель: обучение конструктивному выражению гнева.

Задачи:

- учить распознавать гнев;
- развивать навык конструктивного выражения гнева;
- формировать навык саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое гнев?».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Спокойный уголок» — упражнение. 3. «Как я справляюсь с гневом?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе справиться с гневом?». Прощание.

Занятие № 8. Маяк: учимся справляться со стрессом

Цель: формирование стрессоустойчивости.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;

- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место». 3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 9. Мост: учимся говорить и слушать

Цель: формирование навыков конструктивного общения.

Задачи:

- учить выражать свои мысли и чувства;
- развивать умение слушать собеседника;
- формировать навык «Я-сообщений».

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Испорченный телефон».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Активное слушание» — упражнение на понимание. 3. Ролевая игра «Разговор» — поиск решения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе в общении?». Прощание.

Занятие № 10. Остров: учимся строить отношения

Цель: развитие навыков построения дружеских отношений.

Задачи:

- формировать представления о дружбе;
- развивать умение поддерживать дружеские отношения;
- формировать навык доверия.

Оборудование: листы для рисования, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое дружба?».
Основная часть	1. «Мой друг» — рисование. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3 . «Дружба — это...» — составление правил дружбы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что для тебя важно в дружбе?». Прощание.

Занятие № 11. Порт: учимся доверять

Цель: формирование опыта доверительных отношений со значимым взрослым.

Задачи:

- формировать доверительные отношения с педагогом-психологом;
- создавать условия для переживания опыта принятия и поддержки;
- формировать внутреннюю опору и уверенность в себе.

Оборудование: листы для рисования, краски, карточки с качествами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Кто такой важный взрослый?».
Основная часть	1. «Мой герой» — рисование. 2. «Кто может меня поддержать?» — обсуждение. 3. «Качества важного взрослого» — составление списка. 4. «Я могу положиться на...» — упражнение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что для тебя важно в взрослом?». Прощание.

Занятие № 12. Звёзды: учимся видеть хорошее

Цель: формирование позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение замечать свои успехи;
- формировать позитивную самооценку;
- развивать уверенность в себе.

Оборудование: листы для рисования, карточки с достижениями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мои достижения».
Основная часть	1. «Мои достижения» — обсуждение. 2. «Я могу» — упражнение на уверенность. 3. «За что меня можно похвалить?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе в себе нравится?». Прощание.

Занятие № 13. Горизонт: учимся мечтать

Цель: формирование жизненных целей и планов.

Задачи:

- помочь определить жизненные цели;
- развивать умение планировать;
- формировать позитивную жизненную позицию.

Оборудование: листы, карандаши, журналы для коллажа.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое цель?».
Основная часть	1. «Моя мечта» — рисование. 2. «Мои цели» — запись целей. 3. «Шаги к цели» — планирование.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая цель для тебя самая важная?». Прощание.

Занятие № 14. Новый путь: планы на будущее

Цель: завершение программы, постановка целей на будущее.

Задачи:

- подвести итоги;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- помочь поставить цели на будущее.

Оборудование: листы, конверты, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на завершение.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. «Письмо себе в будущее» — написание письма. 2. «Мои планы» — обсуждение. 3. «Пожелания себе» — упражнение.
Заключительная часть	Прощание, пожелание добрых слов.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Семейный круг»

Разработана: Капитанова В.Я., Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся начальных классов МБОУ С(К)ШИ № 37, находящихся под опекой, в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Семейного кодекса Российской Федерации (с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.04.2008 № 48-ФЗ «Об опеке и попечительстве» (с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (ФГОС НОО 2021);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2);
- Программы коррекционно-развивающих занятий I классов (Пискун О.Ю., Новосибирск, 2002).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся начальных классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха**, находящимся под опекой (опекаемые дети, дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей). Опекаемые дети с нарушениями слуха имеют двойную уязвимость: ограниченные возможности коммуникации и отсутствие кровных родителей.

Дети, оставшиеся без попечения родителей, часто испытывают повышенную тревожность, страхи, трудности в формировании привязанности, нарушение идентичности, чувство вины, неуверенность в себе. Сочетание этих факторов с нарушением слуха создаёт особые риски для успешной школьной адаптации и личностного развития.

Программа учитывает индивидуальные особенности каждого ребёнка, уровень его развития и актуальные трудности, направлена на укрепление психоэмоционального состояния, развитие навыков саморегуляции и формирование позитивного образа семьи.

Актуальность программы

Проблема психологического сопровождения опекаемых детей с нарушениями слуха остаётся одной из наиболее актуальных в специальной психологии и педагогике. Дети, лишённые родительской заботы, испытывают дефицит эмоционального тепла, нарушение привязанности, трудности в формировании чувства безопасности и доверия к миру. Опекаемая семья может стать для ребёнка источником поддержки и развития, однако процесс адаптации часто сопровождается эмоциональными трудностями.

Программа направлена на создание условий для преодоления страхов и тревожности, укрепление детско-родительских отношений в опекаемой семье, развитие чувства идентичности и самоценности.

Цель программы

Создание условий для преодоления страхов и тревожности у опекаемых детей с нарушениями слуха, укрепление детско-родительских отношений, обеспечение индивидуальной траектории развития.

Задачи программы

1. Уменьшение тревожности, снижение эмоционального напряжения, помощь в преодолении негативных переживаний.
2. Изучение особенностей взаимоотношений в классе, социальной структуры, эмоциональной атмосферы.
3. Развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я». Развитие различных ощущений и восприятий.
4. Изучение детско-родительских отношений (законный представитель/опекун — ребёнок).
5. Обследование особенностей познавательной деятельности.
6. Подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь.

Планируемые результаты

- Повышение уверенности в себе.
- Снижение тревожности.
- Снижение количества страхов.
- Улучшение взаимоотношений родитель — ребёнок.
- Развитие навыков саморегуляции эмоционального состояния.
- Повышение адаптации к школьной среде.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **8 занятий** (индивидуально с ребёнком и совместно с опекуном, 1 раз в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–6** — коррекционно-развивающий блок (4 занятия).
- **Занятия 7–8** — итоговый блок.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (социометрия, семейная социограмма, проективные методики);
- арт-терапия (лепка, рисование, лабиринты);
- песочная терапия;
- киноклуб (просмотр и обсуждение мультфильмов);
- составление генеалогического древа и карты жизненного пути;
- беседы;
- рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (кабинете психологической разгрузки, сенсорной комнате) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями и опекунами (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Андреева, Т. В. Семейная психология : учебное пособие / Т. В. Андреева. — Санкт-Петербург : Речь, 2004. — 244 с.
2. Аникееева, Н. П. и др. Реабилитация детей, оставшихся без попечения родителей : Учебные и научно-исследовательские программы / Н. П. Аникееева, Е. Н. Березина, Е. В. Богданова и др. — Новосибирск : НГПУ, 2004. — 205 с.
3. Архиреева, Т. В. Сравнительные особенности материнских и отцовских родительских позиций / Т. В. Архиреева // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. — 2002. — С. 3–6.
4. Байер, Е. Жизнеустройство детей-сирот / Е. Байер // Социальная педагогика. — 2006. — № 3. — С. 19–21.
5. Белогай, К. Н., Морозова, И. С. Эмпирическое исследование структуры родительского отношения / К. Н. Белогай, И. С. Морозова // Психологическая наука и образование. — 2008. — № 4. — С. 23–27.
6. Бессчетнова, О. В. Приемная семья как форма устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в США / О. В. Бессчетнова // Вестник Челябинского государственного университета. — 2008. — № 28. — С. 27–34.
7. Большакова, Л. Н. Социально-психологическая адаптация родителей и детей в приемной семье : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Л. Н. Большакова. — Ярославль, 2004. — 26 с.
8. Бортов, Р. В. Семейные отношения / Р. В. Бортов. — Москва : Проспект, 2000. — 336 с.
9. Варга, А. Я. Структура и типы родительских отношений / А. Я. Варга. — Москва : Педагогика, 1987. — 258 с.
10. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
11. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.

12. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
13. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
14. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
15. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
16. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
17. Фалберг, В. Книга жизни ребёнка / В. Фалберг. — Москва, 1995.
18. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
19. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
20. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
21. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкис, В. В. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. — Санкт-Петербург : Питер, 1999.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Межличностные отношения в классе	Социометрия (с использованием цвета)	Дж. Морено (модификация для младших школьников)	Изучение структуры межличностных отношений, эмоциональной атмосферы в классе, статуса ребёнка
Внутрисемейные отношения	Семейная социограмма	Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкис	Выявление положения ребёнка в системе семейных отношений, характера коммуникаций
Внутрисемейные отношения	«Рисунок семьи»	Классическая проективная методика	Диагностика детско-родительских отношений, эмоционального благополучия в семье
Познавательная деятельность	Диагностический альбом	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Оценка уровня развития познавательной

Сфера	Методика	Источник	Цель
			деятельности, выявление индивидуальных особенностей
Страхи	Беседа «Чего я боюсь?»	Адаптированная беседа	Выявление содержания и количества страхов
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур (адаптация)	Оценка уровня самооценки
Эмоциональное состояние	Наблюдение	Адаптированная схема наблюдения	Оценка эмоциональных реакций, саморегуляции, коммуникативных навыков

Тематический план

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Я не боюсь	1	Адаптировать ребёнка к новой обстановке. Уменьшение тревожности, снижение эмоционального напряжения. Первичная диагностика.	Лепка. Лабиринты. Беседа «Чего я боюсь?». Методика «Лесенка».	Индивидуальная, диагностическая, игровая, арт-терапия
2	Моё место в школе	1	Изучение особенностей взаимоотношений в классе, социальной структуры, эмоциональной атмосферы.	Социометрия класса (дерево, применение цвета). Рисунок «Мой класс». Беседа о школе.	Индивидуальная, диагностическая, беседа, рисование
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–6)					
3	Мой внутренний мир	1	Развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я». Развитие различных ощущений и восприятий.	Песочная терапия (построение мира, внутренние переживания, самоощущения). Работа с предметами (тяжелее-легче, гладкий-ребристый, круглый-квадратный).	Индивидуальная, песочная терапия, сенсорная игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
4	Семья и я	1	Изучение детско-родительских отношений (ребёнок и опекун). Киноклуб.	Семейная социограмма (ребёнку и опекуну). Рисунок семьи. Просмотр и обсуждение мультфильма «Кастрюлька Анатоля».	Индивидуальная, проективная, киноклуб, беседа
5	Особенности чувства вины	1	Преодоление чувства вины. Приобретение опекунами инструментов и способов преодолевать чувство вины.	Киноклуб «Вина или возможность» (мультфильм «Принц Египта»). Информационный блок «Чувство вины: проявления и последствия». Беседа с опекуном.	Индивидуальная (с опекуном), киноклуб, беседа
6	Книга жизни	1	Развитие чувства самоидентичности, ощущения самоценности и причастности к миру, к жизни.	Составление генеалогического древа. Создание карты собственного жизненного пути. Беседа о прошлом, настоящем и будущем.	Индивидуальная, творческая работа, беседа
ИТОГОВЫЙ БЛОК (занятия 7–8)					
7	Я умею	1	Обследование особенностей	Диагностический альбом Семаго.	Индивидуальная, диагностическая, игровая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			познавательной деятельности.	Упражнения на развитие познавательных процессов.	
8	Обратная связь	1	Подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь.	Беседа о достижениях. Рефлексия «Что изменилось?». Анкета обратной связи (для ребёнка и опекуна).	Индивидуальная, беседа, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Я не боюсь

Цель: адаптировать ребёнка к новой обстановке. Уменьшение тревожности, снижение эмоционального напряжения. Первичная диагностика.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- создать безопасную, располагающую атмосферу;
- провести первичную диагностику (беседа о страхах, «Лесенка»);
- познакомить с формами работы.

Оборудование: пластилин, лабиринты (распечатанные), лист бумаги, цветные карандаши, бланк методики «Лесенка».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели и задачи программы, правила работы. Создание доверительной атмосферы. Используется жестовая речь, адаптированная для ребёнка.
Основная часть	1. Информация о программе, её целях и задачах, правилах работы с психологом. Ребёнок рассказывает о себе (по желанию). 2. Упражнение на снятие напряжения – лабиринты (поиск выхода, развитие усидчивости и внимания). 3. Лепка – свободная лепка (что хочет), обсуждение того, что получилось, какие ощущения при лепке. 4. Беседа «Чего я боюсь?» – выявление содержания страхов. 5. Методика «Лесенка» – ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему.
Заключительная часть	Похвала за работу. Обсуждение самочувствия. Прощание.

Занятие № 2. Моё место в школе

Цель: изучение особенностей взаимоотношений в классе, социальной структуры, эмоциональной атмосферы.

Задачи:

- провести социометрию класса с использованием цвета;
- выявить статус ребёнка в классе;
- определить эмоциональную атмосферу в классе.

Оборудование: дерево с человечками (стимульный материал), цветные карандаши, лист для рисунка «Мой класс».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, создание доверительной обстановки.
Основная часть	1. Социометрическая методика – психолог предлагает ребёнку раскрасить цветами человечков на дереве и определить, кто из класса, где находится. Психолог не влияет на выбор, поддерживает любой выбор. 2. Обсуждение – «Почему ты так раскрасил?», «Кто здесь самый весёлый?», «Кто самый грустный?». 3. Рисунок «Мой класс» – ребёнок рисует свой класс, затем рассказывает о рисунке. 4. Беседа о школе – «Что тебе нравится в школе?», «Что не нравится?», «С кем ты дружишь?».
Заключительная часть	Обсуждение самочувствия. Прощание.

Занятие № 3. Мой внутренний мир

Цель: развитие творческого воображения, помощь в открытии своего «Я». Развитие различных ощущений и восприятий.

Задачи:

- развивать творческое воображение через песочную терапию;
- помочь ребёнку осознать свои внутренние переживания;
- развивать тактильные ощущения;
- формировать навыки самовыражения.

Оборудование: песочный стол, фигурки для песочной терапии, предметы разной фактуры (гладкий-ребристый, тяжёлый-лёгкий, круглый-квадратный).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу.
Основная часть	1. Песочная терапия – ребёнок строит свой мир в песке, используя фигурки. Психолог наблюдает, задаёт вопросы: «Что это?», «Кто здесь живёт?», «Что здесь происходит?». 2. Обсуждение построенного мира – внутренние переживания и самоощущения, установление собственных границ, способы самовыражения. 3. Работа с предметами – ребёнок исследует предметы,

Этап	Содержание
	определяет: тяжёлый-лёгкий, гладкий-ребристый, круглый-квадратный. Словесное обозначение ощущений. 4. Тактильные ощущения – ребёнок с закрытыми глазами определяет предмет на ощупь.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в своём мире?», «Какие ощущения запомнились?». Прощание.

Занятие № 4. Семья и я

Цель: изучение детско-родительских отношений (ребёнок и опекун). Киноклуб.

Задачи:

- изучить восприятие ребёнком семейной ситуации;
- выявить эмоциональные связи в семье;
- предоставить возможность осмыслить мультфильм, посмотреть на ситуацию принятия ребёнка в семью.

Оборудование: лист бумаги с нарисованным кругом, цветные карандаши, проектор/компьютер для просмотра мультфильма, мультфильм «Кастрюлька Анатоля».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу (ребёнок и опекун вместе).
Основная часть	1. Семейная социограмма – ребёнку и опекуну предлагается в заранее нарисованном круге изобразить себя и членов семьи в виде кружков. Обсуждение. 2. Рисунок семьи – ребёнок рисует свою семью. Обсуждение рисунка. 3. Киноклуб – просмотр мультфильма «Кастрюлька Анатоля». Обсуждение: «Почему женщина помогла мальчику?», «Что значит для ребёнка этот символ?», «Какая главная мысль мультфильма?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось в семье?». Прощание.

Занятие № 5. Особенности чувства вины

Цель: преодоление чувства вины. Приобретение опекунами инструментов и способов преодолевать чувство вины.

Задачи:

- информировать об особенностях проявления чувства вины;
- дать возможность опекуну осмыслить мультфильм;
- обсудить способы преодоления чувства вины.

Оборудование: проектор/компьютер для просмотра мультфильма, мультфильм «Принц Египта», информационные материалы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие (с опекуном). Настрой на работу.
Основная часть	1. Киноклуб «Вина или возможность» – просмотр мультфильма «Принц Египта» (фрагменты). Обсуждение: «Почему мать отпустила ребёнка?», «Что чувствовала мать?», «Как это связано с ситуацией опеки?». 2. Информационный блок «Чувство вины: проявления и последствия» – психолог рассказывает об особенностях чувства вины, его влиянии на поведение, способах преодоления. 3. Обсуждение – «Как справляться с чувством вины?», «Какие есть инструменты для преодоления?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Книга жизни

Цель: развитие чувства самоидентичности, ощущения самоценности и причастности к миру, к жизни.

Задачи:

- помочь ребёнку осознать свою историю, своих предков;
- развить чувство принадлежности;
- укрепить позитивное отношение к себе.

Оборудование: лист бумаги А3, цветные карандаши/фломастеры, фотографии (по возможности).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Вступительная беседа – «Откуда я?», «Кто мои предки?», «Что значит "моя семья"?». 2. Составление генеалогического древа – ребёнок вместе с психологом (и опекуном, при возможности) заполняет

Этап	Содержание
	древо, используя доступную информацию. 3. Создание карты собственного жизненного пути – ребёнок рисует линию жизни, отмечает важные события (где родился, когда пошёл в школу, когда появился в новой семье и т.д.). 4. Беседа о прошлом, настоящем и будущем – «Что было важно в твоей жизни?», «Что у тебя есть сейчас?», «Что ты хочешь в будущем?».
Заключительная часть	Рефлексия: «Что нового ты узнал о своей жизни?». Прощание.

Занятие № 7. Я умею

Цель: обследование особенностей познавательной деятельности.

Задачи:

- выявить индивидуальные особенности познавательной деятельности;
- создать ситуацию успеха;
- закрепить положительное отношение к занятиям.

Оборудование: диагностический альбом Семаго, бланки с заданиями, карандаш.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на работу. Психолог объясняет, что сегодня они будут выполнять интересные задания.
Основная часть	1. Диагностика познавательной деятельности – психолог предлагает ребёнку выполнить задания из диагностического альбома Семаго (в зависимости от возраста и уровня развития). 2. Упражнения на развитие познавательных процессов – «Найди отличия», «Продолжи ряд», «Запомни картинки». 3. Игра «Я умею» – ребёнок называет и показывает, что он умеет делать хорошо. Психолог поддерживает, подчёркивает успехи.
Заключительная часть	Похвала за выполнение заданий. Рефлексия: «Какое задание тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 8. Обратная связь

Цель: подведение итогов проделанной работы. Рефлексия. Обратная связь.

Задачи:

- обсудить достижения и изменения;
- получить обратную связь от ребёнка и опекуна;
- подвести итоги программы.

Оборудование: бланк анкеты обратной связи (для ребёнка и опекуна), рисунки, коллажи, созданные в процессе работы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Беседа о достижениях – «Что изменилось в тебе за время занятий?», «Чему ты научился?», «Что стало легче?». 2. Рефлексия «Что изменилось?» – ребёнок рассказывает о своих изменениях. 3. Анкета обратной связи – заполняется с помощью психолога. 4. Беседа с опекуном – обсуждение динамики изменений, рекомендации на будущее.
Заключительная часть	Похвала за работу. Подведение итогов программы. Пожелания на будущее. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

«Родительская академия»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа психолого-педагогического просвещения родителей разработана для родителей (законных представителей) обучающихся 1–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения семей детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Семейного кодекса Российской Федерации;
- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Распоряжения Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована родителям (законным представителям) обучающихся 1–9 классов образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Численность группы: 5–15 человек.

Воспитание ребёнка с нарушениями слуха предъявляет особые требования к родительским компетенциям: понимание особенностей развития, владение навыками эффективной коммуникации, знание способов поддержки и развития ребёнка, умение взаимодействовать со специалистами. Программа учитывает эти особенности и направлена на повышение психолого-педагогической грамотности родителей.

Актуальность программы

Семья является важнейшим институтом социализации и развития ребёнка. Для детей с нарушениями слуха роль семьи приобретает особое значение: именно в семье закладываются основы коммуникации, формируется отношение к себе и окружающему миру, создаются условия для компенсации первичного дефекта и личностного развития.

Родители детей с нарушениями слуха сталкиваются с рядом специфических трудностей: необходимость освоения специальных знаний и навыков (жестовый язык, дактилология, методы развития слухового восприятия), психологические проблемы (принятие диагноза, преодоление тревоги, поиск ресурсов), необходимость взаимодействия с большим количеством специалистов.

Программа направлена на **психологическое просвещение родителей**, повышение их психолого-педагогической компетентности, формирование позитивного и ресурсного отношения к воспитанию ребёнка.

Цель программы

Повышение психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) обучающихся с нарушениями слуха, формирование ресурсного и осознанного родительства.

Задачи программы

1. **Образовательные:**

    - Познакомить родителей с особенностями развития детей с нарушениями слуха.
    - Расширить знания о методах и приёмах воспитания и развития детей с ОВЗ.
    - Сформировать понимание возрастных особенностей детей (1–9 классы).

2. **Развивающие:**

    - Развивать навыки эффективной коммуникации с ребёнком.
    - Развивать навыки саморегуляции и управления стрессом.
    - Развивать родительскую рефлексию и осознанность.

3. **Воспитательные:**

    - Формировать позитивное отношение к ребёнку и его особенностям.
    - Создавать условия для обмена опытом между родителями.
    - Укреплять детско-родительские отношения.

Планируемые результаты

- Повышение уровня психолого-педагогической грамотности родителей.
- Формирование навыков эффективной коммуникации с ребёнком.
- Снижение уровня родительской тревоги и стресса.
- Расширение знаний о возрастных и индивидуальных особенностях детей.
- Гармонизация детско-родительских отношений.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **30 занятий** в течение учебного года (1 раз в неделю по 60–90 минут).

Форматы работы: родительские собрания, лекции-беседы, мастер-классы, круглые столы, дискуссионные клубы, обмен опытом.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- мини-лекции;
- дискуссии и круглые столы;
- практические упражнения;

- разбор конкретных ситуаций (кейс-метод);
- обмен опытом между родителями;
- просмотр и обсуждение видеоматериалов;
- арт-терапевтические техники.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом, сурдопедагогом, социальным педагогом и другими специалистами школы в специально оборудованном помещении с использованием необходимых материалов и оборудования (проектор, флипчарт, раздаточные материалы, видеоматериалы с сурдопереводом).

Программа предполагает тесное взаимодействие с классными руководителями, социальным педагогом, сурдопедагогом, учителями-дефектологами и другими специалистами школы.

Актуализированный список литературы

1. Андреева, Т. В. Семейная психология : учебное пособие / Т. В. Андреева. — Санкт-Петербург : Речь, 2004.
2. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
3. Варга, А. Я. Системная семейная психотерапия / А. Я. Варга. — Санкт-Петербург : Речь, 2001.
4. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребёнком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. — Москва : АСТ, 2008.
5. Глазман, О. Л. Психологические особенности детей с нарушением слуха / О. Л. Глазман. — Москва : Владос, 2018.
6. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
7. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
8. Леонгард, Э. И. Воспитание и обучение детей с нарушениями слуха / Э. И. Леонгард. — Москва : Владос, 2003.
9. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
10. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
11. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
12. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
13. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
14. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
15. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Тематический план (30 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Блок 1. Особенности развития детей с нарушениями слуха (занятия 1–5)					
1	Психологические особенности детей с нарушениями слуха	1	Познакомить родителей с психологическими особенностями глухих и слабослышащих детей	Мини-лекция «Особенности развития». Обсуждение: «Что я знаю о своём ребёнке?».	Лекция-беседа
2	Развитие речи при нарушении слуха	1	Объяснить закономерности речевого развития детей с нарушениями слуха	Мини-лекция. Практические рекомендации «Как развивать речь дома».	Лекция, практикум
3	Развитие мышления и внимания	1	Научить поддерживать когнитивное развитие ребёнка	Лекция + практикум «Игры для развития мышления и внимания».	Лекция, практикум
4	Эмоционально-волевая сфера	1	Помочь родителям понимать эмоции ребёнка и управлять ими	Лекция. Обсуждение «Какие эмоции я замечаю у своего ребёнка?».	Лекция, дискуссия
5	Социальное развитие и коммуникация	1	Показать пути социализации детей с нарушениями слуха	Лекция + обмен опытом «Как мой ребёнок общается с другими».	Лекция, круглый стол

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Блок 2. Воспитание и взаимодействие (занятия 6–15)					
6	Стили воспитания	1	Помочь осознать свой стиль воспитания и его влияние на ребёнка	Лекция. Упражнение «Мой стиль воспитания».	Лекция, упражнение
7	Правила и границы	1	Научить устанавливать правила без конфликтов	Лекция + разбор ситуаций «Как сказать "нет"».	Лекция, кейс-метод
8	Поощрение и наказание	1	Сформировать эффективные методы воздействия	Дискуссия «Что работает в моей семье?». Рекомендации.	Дискуссия, обмен опытом
9	Эффективная коммуникация	1	Отработать навыки общения с ребёнком	Лекция + практические упражнения.	Лекция, тренинг-практикум
10	Я-сообщения: как говорить о чувствах	1	Научить выражать свои эмоции без обвинений	Лекция. Упражнение «Переформулируй высказывание».	Лекция, упражнение
11	Как слушать и слышать ребёнка	1	Развивать навыки активного слушания	Практикум «Слушаем ребёнка». Разбор ситуаций.	Практикум, кейс-метод
12	Конфликты с ребёнком	1	Обучить конструктивному выходу из конфликтов	Лекция + разбор ситуаций «Конфликт и его разрешение».	Лекция, разбор ситуаций

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
13	Поддержка самостоятельности	1	Формировать уверенность и самостоятельность ребёнка	Лекция + обсуждение «Как я развиваю самостоятельность».	Лекция, круглый стол
14	Как развивать уверенность в себе	1	Помочь ребёнку верить в свои силы	Лекция + упражнение «Сильные стороны моего ребёнка».	Лекция, упражнение
15	Любовь и принятие	1	Укрепить безусловное принятие ребёнка	Беседа «Что значит любить ребёнка». Арт-терапия «Моё сердце для ребёнка».	Беседа, арт-терапия
Блок 3. Школа и адаптация (занятия 16–22)					
16	Адаптация к школе	1	Снизить тревогу, дать инструменты поддержки	Лекция + обсуждение «Трудности адаптации».	Лекция, дискуссия
17	Как помочь ребёнку с уроками	1	Научить эффективной помощи без давления	Практикум «Помощь с домашним заданием». Обмен опытом.	Практикум, обмен опытом
18	Мотивация к учёбе	1	Дать инструменты повышения учебной мотивации	Лекция + упражнение «Что мотивирует моего ребёнка?».	Лекция, упражнение
19	Взаимодействие со школой	1	Выстроить партнёрские отношения с	Круглый стол с участием педагогов.	Круглый стол

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			учителями		
20	Школьная тревожность	1	Обучить способам снижения тревоги у ребёнка	Лекция + практические рекомендации.	Лекция, практикум
21	Самоорганизация и тайм-менеджмент	1	Научить ребёнка планированию	Лекция + упражнение «План на неделю».	Лекция, упражнение
22	Подготовка к экзаменам (ГВЭ/ОГЭ)	1	Подготовить родителей к экзаменационному периоду	Лекция «Как поддержать ребёнка перед экзаменом». Памятки.	Лекция
Блок 4. Саморегуляция и ресурсы родителей (занятия 23–27)					
23	Эмоциональное выгорание родителей	1	Распознать признаки выгорания и способы профилактики	Лекция + самопроверка (опросник).	Лекция, опросник
24	Как восстанавливать свои ресурсы	1	Научить методам восстановления	Практикум «Мои способы восстановления».	Практикум, обмен опытом
25	Стресс и управление им	1	Сформировать навыки совладания со стрессом	Лекция + дыхательные и релаксационные техники.	Лекция, практикум
26	Как сохранять спокойствие	1	Отработать навыки саморегуляции	Лекция + упражнения на саморегуляцию.	Лекция, тренинг-практикум

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
27	Родительский ресурс — основа развития ребёнка	1	Укрепить веру в свои силы	Беседа + арт-терапия «Мои ресурсы».	Беседа, арт-терапия
Блок 5. Обобщение и итоги (занятия 28–30)					
28	Круглый стол: чему я научился	1	Обобщить опыт, обменяться впечатлениями	Круглый стол «Мои открытия в Родительской академии».	Круглый стол, рефлексия
29	Вопросы и ответы	1	Ответить на оставшиеся вопросы родителей	Дискуссионный клуб «Что ещё я хочу узнать».	Дискуссионный клуб
30	Планирование дальнейшего взаимодействия	1	Определить дальнейшие запросы, завершить программу	Итоговая встреча. Анкета обратной связи.	Итоговая встреча, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Психологические особенности детей с нарушениями слуха

Цель: познакомить родителей с психологическими особенностями глухих и слабослышащих детей.

Задачи:

- дать базовые знания о развитии детей с нарушениями слуха;
- создать условия для обмена опытом;
- сформировать позитивное отношение к особенностям ребёнка.

Оборудование: презентация, карточки с ключевыми понятиями, флипчарт.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Знакомство с родителями. Объяснение целей программы. Обеспечение сурдоперевода или использования жестовой речи.
Основная часть	1. Мини-лекция «Особенности развития детей с нарушениями слуха» – восприятие, внимание, память, мышление, речь, эмоциональная сфера. 2. Обсуждение: «Что я знаю о своём ребёнке?», «Какие особенности я замечаю?». 3. Разбор вопросов родителей.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что нового я узнал о своём ребёнке?». Прощание.

Занятие № 2. Развитие речи при нарушении слуха

Цель: объяснить закономерности речевого развития детей с нарушениями слуха.

Задачи:

- познакомить с этапами развития речи;
- дать практические рекомендации по развитию речи дома.

Оборудование: презентация, памятки «Как развивать речь дома», карточки с упражнениями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Этапы развития речи при нарушении слуха». 2. Практические рекомендации «Как развивать речь

Этап	Содержание
	дома» – игры, упражнения, чтение, разговоры. 3. Обмен опытом – «Что я делаю для развития речи моего ребёнка?». 4. Разбор вопросов родителей.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я возьму в свою практику?». Прощание.

Занятие № 3. Развитие мышления и внимания

Цель: научить родителей поддерживать когнитивное развитие ребёнка.

Задачи:

- познакомить с особенностями мышления и внимания;
- дать практические рекомендации по развитию.

Оборудование: презентация, карточки с играми для развития мышления и внимания.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Особенности мышления и внимания у детей с нарушениями слуха». 2. Практикум «Игры для развития мышления и внимания» – классификация, сравнение, поиск закономерностей, лабиринты. 3. Обсуждение – «Какие игры я использую дома?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Эмоционально-волевая сфера

Цель: помочь родителям понимать эмоции ребёнка и управлять ими.

Задачи:

- познакомить с особенностями эмоциональной сферы;
- дать рекомендации по эмоциональной поддержке.

Оборудование: презентация, карточки с эмоциями, памятки.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Мини-лекция «Особенности эмоционально-волевой сферы детей с нарушениями слуха». 2. Обсуждение «Какие эмоции я замечаю у своего ребёнка?». 3. Практические рекомендации «Как поддерживать эмоциональное состояние ребёнка».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Социальное развитие и коммуникация

Цель: показать пути социализации детей с нарушениями слуха.

Задачи:

- познакомить с особенностями социального развития;
- дать рекомендации по развитию коммуникативных навыков.

Оборудование: презентация, памятки, видеоматериалы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Социальное развитие детей с нарушениями слуха». 2. Обсуждение «Как мой ребёнок общается с другими?». 3. Обмен опытом «Что помогает моему ребёнку в общении?». 4. Практические рекомендации.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Стили воспитания

Цель: помочь родителям осознать свой стиль воспитания и его влияние на ребёнка.

Задачи:

- познакомить с типами воспитания;
- помочь осознать свой стиль;
- показать влияние стиля на развитие ребёнка.

Оборудование: презентация, опросник для самодиагностики (не диагностика — для осознания).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Типы воспитания: авторитарный, демократический, либеральный, хаотичный». 2. Упражнение «Мой стиль воспитания» – родители оценивают свой стиль. 3. Обсуждение – «Как мой стиль влияет на ребёнка?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я хотел бы изменить в своём воспитании?». Прощание.

Занятие № 7. Правила и границы

Цель: научить родителей устанавливать правила без конфликтов.

Задачи:

- объяснить важность правил и границ;
- дать алгоритм введения правил;
- отработать навыки на практических ситуациях.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Зачем нужны правила и границы». 2. Разбор ситуаций «Как сказать "нет"» – практические примеры. 3. Обсуждение – «Какие правила есть в моей семье?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Поощрение и наказание

Цель: сформировать эффективные методы воздействия.

Задачи:

- познакомить с принципами поощрения и наказания;
- обсудить эффективные методы;
- обменяться опытом.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Эффективные методы поощрения и наказания». 2. Дискуссия «Что работает в моей семье?». 3. Обмен опытом между родителями.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Эффективная коммуникация

Цель: отработать навыки общения с ребёнком.

Задачи:

- познакомить с правилами эффективной коммуникации;
- отработать навыки на практике.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Как говорить, чтобы ребёнок слышал». 2. Практические упражнения – моделирование диалогов. 3. Обсуждение – «Что я хочу изменить в своём общении с ребёнком?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Я-сообщения

Цель: научить родителей выражать свои эмоции без обвинений.

Задачи:

- познакомить с техникой «Я-сообщение»;
- отработать навык на практике;
- улучшить коммуникацию с ребёнком.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Что такое Я-сообщения и зачем они нужны». 2. Упражнение «Переформулируй высказывание» – превращение Ты-сообщений в Я-сообщения. 3. Обсуждение – «Какие чувства я испытываю, когда говорю о себе?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Как слушать и слышать ребёнка

Цель: развивать навыки активного слушания.

Задачи:

- познакомить с техниками активного слушания;
- отработать навыки на практике.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Активное слушание: как слышать ребёнка». 2. Практикум «Слушаем ребёнка» – разбор ситуаций, отработка техник. 3. Обсуждение – «Что мне мешает слушать ребёнка?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Конфликты с ребёнком

Цель: обучить родителей конструктивному выходу из конфликтов.

Задачи:

- познакомить с причинами конфликтов;
- дать алгоритм разрешения;
- отработать навыки на практике.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Причины конфликтов и стратегии их разрешения». 2. Разбор ситуаций «Конфликт и его разрешение» – практическая работа. 3. Обсуждение – «Какие конфликты часто возникают в моей семье?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Поддержка самостоятельности

Цель: формировать уверенность и самостоятельность ребёнка.

Задачи:

- объяснить важность самостоятельности;
- дать рекомендации по её развитию;
- обсудить трудности.

Оборудование: презентация, памятки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Как развивать самостоятельность ребёнка». 2. Обсуждение «Как я развиваю самостоятельность». 3. Обмен опытом – «Что помогает, а что мешает?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Как развивать уверенность в себе

Цель: помочь родителям формировать уверенность ребёнка в своих силах.

Задачи:

- дать рекомендации по укреплению уверенности;
- показать роль похвалы и поддержки.

Оборудование: презентация, карточки для упражнения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Как развивать уверенность в себе». 2. Упражнение «Сильные стороны моего ребёнка» – родители записывают сильные стороны своих детей. 3. Обсуждение – «Как я поддерживаю своего ребёнка?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Любовь и принятие

Цель: укрепить безусловное принятие ребёнка.

Задачи:

- обсудить понятие безусловной любви;
- формировать принятие ребёнка со всеми его особенностями.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Что значит любить ребёнка». 2. Арт-терапия «Моё сердце для ребёнка» – родители рисуют сердце и заполняют его словами любви и принятия. 3. Обсуждение – «Что я хочу сказать своему ребёнку?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Адаптация к школе

Цель: дать родителям инструменты поддержки ребёнка в период адаптации.

Задачи:

- объяснить трудности адаптации;
- дать практические рекомендации.

Оборудование: презентация, памятки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Трудности адаптации к школе». 2. Обсуждение «Какие трудности я вижу у своего ребёнка?». 3. Рекомендации «Как помочь ребёнку адаптироваться».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Как помочь ребёнку с уроками

Цель: научить родителей эффективной помощи без давления.

Задачи:

- дать алгоритм помощи;
- обсудить типичные ошибки;
- обменяться опытом.

Оборудование: презентация, памятки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Как помочь с домашним заданием». 2. Практикум «Помощь с уроками» – разбор конкретных ситуаций. 3. Обмен опытом между родителями.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Мотивация к учёбе

Цель: дать родителям инструменты повышения учебной мотивации.

Задачи:

- объяснить природу мотивации;
- дать практические рекомендации.

Оборудование: презентация, памятки, карточки для упражнения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Что такое учебная мотивация». 2. Упражнение «Что мотивирует моего ребёнка?». 3. Рекомендации «Как повысить мотивацию».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Взаимодействие со школой

Цель: выстроить партнёрские отношения с учителями.

Задачи:

- обсудить формы взаимодействия;
- пригласить педагогов для диалога.

Оборудование: презентация, участие классных руководителей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Представление педагогов.
Основная часть	1. Круглый стол с участием педагогов «Взаимодействие семьи и школы». 2. Обсуждение вопросов родителей. 3. Совместная выработка рекомендаций.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Школьная тревожность

Цель: обучить родителей способам снижения тревоги у ребёнка.

Задачи:

- объяснить причины школьной тревожности;
- дать практические методы помощи.

Оборудование: презентация, памятки, карточки с упражнениями.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Мини-лекция «Школьная тревожность: причины и проявления». 2. Практические рекомендации «Как помочь ребёнку справиться с тревогой». 3. Обсуждение – «Какие признаки тревоги я замечаю?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Самоорганизация и тайм-менеджмент

Цель: научить родителей и детей основам планирования.

Задачи:

- дать основы тайм-менеджмента;
- помочь организовать время ребёнка.

Оборудование: презентация, памятки, бланки для плана.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Как научить ребёнка планировать время». 2. Упражнение «План на неделю» – родители составляют примерный план для ребёнка. 3. Обсуждение – «Что мешает самоорганизации?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Подготовка к экзаменам

Цель: подготовить родителей к экзаменационному периоду.

Задачи:

- познакомить с особенностями ГВЭ;
- дать рекомендации по психологической поддержке.

Оборудование: презентация, памятки «Как поддержать ребёнка перед экзаменом».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Особенности ГВЭ для детей с нарушениями слуха». 2. Рекомендации «Как подготовиться к экзамену». 3. Обсуждение – «Что меня больше всего волнует в экзаменах?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 23. Эмоциональное выгорание родителей

Цель: помочь родителям распознать признаки выгорания.

Задачи:

- познакомить с симптомами выгорания;
- дать способы профилактики.

Оборудование: презентация, опросник для самопроверки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Эмоциональное выгорание родителей: признаки и профилактика». 2. Самопроверка – родители оценивают своё состояние. 3. Обсуждение – «Что я делаю для восстановления?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 24. Как восстанавливать свои ресурсы

Цель: научить родителей методам восстановления.

Задачи:

- обсудить способы восстановления;
- создать копилку ресурсных практик.

Оборудование: презентация, карточки для упражнения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Методы восстановления ресурсов». 2. Практикум «Мои способы восстановления» – родители делятся опытом. 3. Обмен опытом – создание общего списка ресурсных практик.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 25. Стресс и управление им

Цель: сформировать навыки совладания со стрессом.

Задачи:

- объяснить природу стресса;
- обучить техникам снятия стресса.

Оборудование: презентация, коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Стресс и его влияние». 2. Практикум – дыхательные техники, мышечная релаксация. 3. Обсуждение – «Что помогает мне справляться со стрессом?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 26. Как сохранять спокойствие

Цель: отработать навыки саморегуляции в сложных ситуациях.

Задачи:

- обучить техникам саморегуляции;
- отработать навыки на практике.

Оборудование: презентация, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Мини-лекция «Техники саморегуляции». 2. Тренинг-практикум – отработка навыков в моделируемых ситуациях. 3. Обсуждение – «Какая техника подходит мне?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 27. Родительский ресурс — основа развития ребёнка

Цель: укрепить веру родителей в свои силы.

Задачи:

- помочь осознать свою ценность;
- укрепить внутреннюю опору.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Почему ресурсный родитель — залог успешного развития ребёнка». 2. Арт-терапия «Мои ресурсы» – родители создают рисунок/коллаж своих сильных сторон. 3. Обсуждение – «Что я могу дать своему ребёнку?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 28. Круглый стол: чему я научился

Цель: обобщить опыт, обменяться впечатлениями.

Задачи:

- подвести промежуточные итоги;
- обсудить изменения.

Оборудование: флипчарт, маркеры, карточки для рефлексии.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Круглый стол «Мои открытия в Родительской академии». 2. Обсуждение «Что изменилось в моём отношении к воспитанию?». 3. Обмен впечатлениями.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 29. Вопросы и ответы

Цель: ответить на оставшиеся вопросы родителей.

Задачи:

- создать открытое пространство для вопросов;
- дать дополнительные рекомендации.

Оборудование: флипчарт, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Дискуссионный клуб «Что ещё я хочу узнать». 2. Ответы на вопросы родителей. 3. Дополнительные рекомендации по запросам.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 30. Итоговое занятие

Цель: подвести итоги программы, определить дальнейшие запросы.

Задачи:

- завершить программу;
- собрать обратную связь;
- определить дальнейшие темы.

Оборудование: бланки обратной связи, флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую встречу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Итоговая встреча – обсуждение результатов участия в программе. 2. Анкета обратной связи – родители заполняют анкету. 3. Планирование дальнейшего взаимодействия – обсуждение тем на следующий год.
Заключительная часть	Благодарность за участие. Прощание.

АНКЕТА ОБРАТНОЙ СВЯЗИ

Уважаемые родители!

Просим вас оценить участие в программе «Родительская академия».

1. Оцените полезность программы по шкале от 1 до 5: _____

2. Что было самым полезным для вас? _____

3. Что вы узнали нового о своём ребёнке? _____

4. Что изменилось в вашем общении с ребёнком? _____

5. Какие темы вы хотели бы обсудить в будущем? _____

6. Ваши пожелания и предложения: _____

Спасибо за ответы!

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

««Шаг в профессию»

для обучающихся 2–4 классов

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа групповых коррекционно-развивающих занятий по профориентации разработана для обучающихся 2–4 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 286);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 2–4 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 8–11 лет. Численность группы: 8–10 человек.

Программа учитывает речевые и коммуникативные особенности целевой группы, использует наглядные и интерактивные методы работы. Занятия проводятся в **групповой форме**.

Актуальность программы

Ранняя профориентация является важным направлением воспитательной работы в начальной школе. Для детей с нарушениями слуха знакомство с миром профессий имеет особое значение: оно расширяет представления о социальной реальности, формирует позитивное отношение к труду, помогает осознать свои возможности и интересы. В младшем школьном возрасте закладывается основа для будущего профессионального самоопределения, формируется уважение к труду взрослых и понимание социальной значимости различных профессий.

Цель программы

Раннее знакомство с миром профессий, развитие интереса к трудовой деятельности, формирование позитивного отношения к труду и уважения к людям разных профессий у обучающихся 2–4 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Познакомить с разнообразными профессиями через игровые и наглядные формы.

2. Формировать представления о трудовых действиях и орудиях труда.
3. Развивать интерес к трудовой деятельности взрослых.
4. Воспитывать уважение к труду и людям разных профессий.
5. Развивать коммуникативные навыки через совместную игровую деятельность.
6. Формировать элементарные представления о своих интересах и склонностях.

Планируемые результаты

- Знание названий 5–8 профессий.
- Понимание содержания трудовых действий представителей различных профессий.
- Умение называть орудия труда и спецодежду.
- Сформированность позитивного отношения к труду.
- Проявление интереса к трудовой деятельности.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **10 занятий** (групповые занятия, 1 раз в неделю по 30–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–10** — коррекционно-развивающий блок (8 занятий).

Методы и формы работы

- игровые методы (сюжетно-ролевые игры, дидактические игры);
- наглядные методы (картинки, мультфильмы, экскурсии);
- практические методы (профессиональные пробы в игре);
- беседы и обсуждения;
- арт-терапевтические методы (рисование, лепка).

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов и воспитателями.

Актуализированный список литературы

1. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.
2. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — Москва : Академия, 2004.
3. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
4. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
5. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
6. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.

7. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
8. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
9. Пряжников, Н. С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники / Н. С. Пряжников. — Москва : ВАКО, 2005.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Знания о профессиях	Беседа «Что я знаю о профессиях?»	Адаптированная беседа	Выявление уровня знаний о профессиях, трудовых действиях, орудиях труда
Интересы и склонности	Наблюдение в игровой деятельности	Адаптированная схема наблюдения	Выявление предпочтений в игровой деятельности, интереса к различным видам труда
Отношение к труду	Рисунок «Кем я хочу быть»	Адаптированная проективная методика	Оценка представлений о будущей профессии, отношения к труду

Тематический план (10 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Знакомство с программой, выявление начального уровня знаний о профессиях	Беседа «Что я знаю о профессиях?». Рисунок «Кем я хочу быть».	Групповая, диагностическая, беседа
2	Диагностика (завершение)	1	Выявление интересов и склонностей через наблюдение и игру	Наблюдение в игровой деятельности. Игра «Кем быть?».	Групповая, диагностическая, игровая
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–10)					
3	Мир профессий	1	Познакомить с разнообразием профессий, формировать общее представление о мире труда	Игра «Угадай профессию». Просмотр мультфильмов о профессиях.	Групповая, игровая, киноклуб
4	Профессии наших родителей	1	Познакомить с профессиями родителей, формировать уважение к труду взрослых	Беседа «Кем работают мои родители». Рисунок «Профессия моих родителей».	Групповая, беседа, рисование
5	Профессия – врач	1	Познакомить с профессией врача, её содержанием и атрибутами	Игра «На приёме у врача». Ролевая игра «Больница».	Групповая, ролевая игра
6	Профессия – повар	1	Познакомить с профессией повара, развивать интерес к трудовой деятельности	Игра «Готовим обед». Ролевая игра «Кафе». Лепка «Угощение».	Групповая, ролевая игра, лепка

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	Профессия – строитель	1	Познакомить с профессией строителя, формировать представления о созидательном труде	Игра «Строим дом». Конструирование из кубиков.	Групповая, игровая, конструирование
8	Профессия – учитель	1	Познакомить с профессией учителя, формировать уважение к педагогам	Игра «Школа». Ролевая игра «Урок».	Групповая, ролевая игра
9	Профессия – водитель	1	Познакомить с профессией водителя, развивать интерес к разным видам транспорта	Игра «Мы – водители». Подвижная игра «Светофор».	Групповая, игровая, подвижная игра
10	Итоговое занятие	1	Закрепить знания о профессиях, подвести итоги программы	Викторина «Все работы хороши». Итоговый рисунок «Кем я хочу быть».	Групповая, игровая, арт-терапия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: знакомство с программой, выявление начального уровня знаний о профессиях.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- выявить уровень знаний о профессиях;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с профессиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет, что они будут знакомиться с разными профессиями. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью.
Основная часть	1. Упражнение «Назови своё имя и профессию мечты» – участники представляются и называют профессию, которую хотят освоить. 2. Беседа «Что я знаю о профессиях?» – педагог показывает карточки, дети называют профессии, рассказывают, что знают. 3. Рисунок «Кем я хочу быть» – дети рисуют себя в выбранной профессии.
Заключительная часть	Рефлексия – «Какая профессия тебе понравилась?». Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: выявление интересов и склонностей через наблюдение и игру.

Задачи:

- выявить предпочтения детей в игровой деятельности;
- определить интересы, связанные с профессиональной деятельностью;
- завершить диагностический этап.

Оборудование: наборы игрушек для ролевых игр (доктор, повар, строитель, водитель).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Наблюдение в игровой деятельности – детям предлагается выбрать игрушки и поиграть. Психолог

Этап	Содержание
	фиксирует предпочтения. 2. Игра «Кем быть?» – детям предлагаются карточки с профессиями, они выбирают, кем хотят быть, и показывают действия. 3. Беседа – «Что тебе больше всего нравится делать?», «Кем ты хочешь стать, когда вырастешь?».
Заключительная часть	Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Мир профессий

Цель: познакомить с разнообразием профессий, формировать общее представление о мире труда.

Задачи:

- расширять представления о профессиях;
- развивать умение называть профессии и их атрибуты;
- формировать интерес к трудовой деятельности.

Оборудование: карточки с профессиями, видеоматериалы, игрушки-инструменты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Создание «города профессий».
Основная часть	1. Игра «Угадай профессию» – педагог показывает инструмент, дети угадывают профессию. 2. Просмотр мультфильмов о профессиях (серия «Калейдоскоп профессий») – обсуждение: «Кто это?», «Что он делает?». 3. Игра «Кому что нужно?» – соотнесение орудий труда и профессий.
Заключительная часть	Рефлексия – «Какая профессия тебе запомнилась?». Прощание.

Занятие № 4. Профессии наших родителей

Цель: познакомить с профессиями родителей, формировать уважение к труду взрослых.

Задачи:

- узнать профессии родителей;
- формировать гордость за своих родителей;
- развивать уважение к труду.

Оборудование: фотографии родителей (по запросу), бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. «Мы сегодня поговорим о наших родителях».
Основная часть	1. Беседа «Кем работают мои родители» – дети по очереди рассказывают (с помощью педагога), кем работают их родители. 2. Рисунок «Профессия моих родителей» – дети рисуют родителей на работе. 3. Обсуждение рисунков – «Что делает твоя мама/папа на работе?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что тебе нравится в работе твоих родителей?». Прощание.

Занятие № 5. Профессия – врач

Цель: познакомить с профессией врача, её содержанием и атрибутами.

Задачи:

- узнать, что делает врач;
- познакомить с медицинскими инструментами;
- развивать эмпатию и заботу о других.

Оборудование: медицинские игрушки (градусник, шприц без иглы, фонендоскоп), халат врача, кукла.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. «Кто лечит людей?»
Основная часть	1. Знакомство с профессией врача – рассказ педагога, показ инструментов. 2. Игра «На приёме у врача» – дети по очереди становятся врачами и пациентами. 3. Ролевая игра «Больница» – дети разыгрывают приём пациентов.
Заключительная часть	Рефлексия – «Каким должен быть врач?». Прощание.

Занятие № 6. Профессия – повар

Цель: познакомить с профессией повара, развивать интерес к трудовой деятельности.

Задачи:

- узнать, что делает повар;
- познакомить с кухонными принадлежностями;
- развивать мелкую моторику через лепку.

Оборудование: игрушечная посуда, пластилин, игрушки-продукты.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. «Кто готовит нам еду?»
Основная часть	1. Знакомство с профессией повара – рассказ педагога, показ посуды. 2. Игра «Готовим обед» – дети «готовят» еду из игрушечных продуктов. 3. Ролевая игра «Кафе» – дети разыгрывают обслуживание посетителей. 4. Лепка «Угощение» – дети лепят из пластилина фрукты, овощи, пирожные.
Заключительная часть	Рефлексия – «Какое угощение ты слепил?». Прощание.

Занятие № 7. Профессия – строитель

Цель: познакомить с профессией строителя, формировать представления о созидательном труде.

Задачи:

- узнать, что делает строитель;
- познакомить со строительными инструментами;
- развивать конструктивные навыки.

Оборудование: деревянные кубики, игрушечный транспорт, каски строителей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. «Кто строит дома?»
Основная часть	1. Знакомство с профессией строителя – рассказ педагога, показ инструментов. 2. Игра «Строим дом» – дети строят дом из кубиков. 3. Конструирование – дети по образцу строят башню, мост.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что ты построил?». Прощание.

Занятие № 8. Профессия – учитель

Цель: познакомить с профессией учителя, формировать уважение к педагогам.

Задачи:

- узнать, что делает учитель;
- формировать уважение к труду учителя;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: школьные принадлежности (книги, указка, доска), игрушечные ученики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. «Кто учит нас в школе?»
Основная часть	1. Знакомство с профессией учителя – рассказ педагога о своей работе. 2. Игра «Школа» – дети по очереди становятся учителями и учениками. 3. Ролевая игра «Урок» – учитель показывает, как проходит урок.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что делает учитель?». Прощание.

Занятие № 9. Профессия – водитель

Цель: познакомить с профессией водителя, развивать интерес к разным видам транспорта.

Задачи:

- узнать, что делает водитель;
- познакомить с видами транспорта;
- развивать крупную моторику.

Оборудование: игрушечные рули, машинки, сигналы светофора.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. «Кто управляет транспортом?»
Основная часть	1. Знакомство с профессией водителя – рассказ педагога, показ картинок транспорта. 2. Игра «Мы – водители» – дети с рулями «едут» по комнате, соблюдая правила. 3. Подвижная игра «Светофор» – дети двигаются по сигналам светофора (красный – стоп, зелёный – идти).
Заключительная часть	Рефлексия – «Каким должен быть водитель?». Прощание.

Занятие № 10. Итоговое занятие

Цель: закрепить знания о профессиях, подвести итоги программы.

Задачи:

- повторить изученные профессии;
- закрепить знания об орудиях труда;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с профессиями, призы, бумага, карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Викторина «Все работы хороши» – вопросы о профессиях, орудиях труда, трудовых действиях. 2. Игра «Угадай профессию» – показ карточки, угадывание. 3. Итоговый рисунок «Кем я хочу быть» – дети рисуют себя в будущей профессии. 4. Обсуждение рисунков – «Что ты нарисовал? Почему выбрал эту профессию?».
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Шаг в профессию»

для обучающихся 5–9 классов

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа групповых коррекционно-развивающих занятий по профориентации разработана для обучающихся 5–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 11–17 лет. Численность группы: 8–10 человек.

Программа учитывает речевые и коммуникативные особенности целевой группы, использует наглядные и интерактивные методы работы. Занятия проводятся в **групповой форме**.

Актуальность программы

Профессиональное самоопределение является важнейшей задачей подросткового возраста. Для подростков с нарушениями слуха эта задача приобретает особую сложность в связи с ограниченным кругом доступных профессий, трудностями коммуникации и социальной адаптации. Ранняя и систематическая профориентационная работа позволяет расширить представления подростков о мире профессий, соотнести свои возможности и интересы с требованиями различных профессий, сформировать реалистичный профессиональный план.

Программа направлена на знакомство с миром профессий, проведение профессиональных проб, развитие интереса к трудовой деятельности и формирование готовности к осознанному выбору профессии.

Цель программы

Формирование готовности к осознанному профессиональному выбору, расширение представлений о мире профессий, развитие интереса к трудовой деятельности у обучающихся 5–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Расширить представления о мире профессий и их требованиях к человеку.
2. Познакомить с профессиями, доступными для людей с нарушениями слуха.
3. Провести профессиональные пробы в игровой и практической форме.
4. Развивать навыки самоанализа и рефлексии своих интересов и способностей.
5. Формировать реалистичный профессиональный план.
6. Развивать коммуникативные навыки, необходимые в профессиональной деятельности.

Планируемые результаты

- Знание 10–15 профессий, их содержания и требований.
- Понимание своих интересов и склонностей.
- Умение соотносить свои возможности с требованиями профессий.
- Знание профессий, доступных для людей с нарушениями слуха.
- Сформированность первичного профессионального плана.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **10 занятий** (групповые занятия, 1 раз в неделю по 40–45 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–10** — коррекционно-развивающий блок (8 занятий).

Методы и формы работы

- дискуссии и беседы;
- профессиональные пробы (ролевые, игровые);
- проектная деятельность;
- экскурсии (в том числе виртуальные);
- работа с наглядными материалами;
- самоанализ и рефлексия.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов, воспитателями и родителями.

Актуализированный список литературы

1. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — Москва : Академия, 2004.
2. Пряжников, Н. С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники / Н. С. Пряжников. — Москва : ВАКО, 2005.
3. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.

4. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
5. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5–6 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
6. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
7. Речицкая, Е. Г., Сошина, Е. А. Профессиональное самоопределение лиц с нарушением слуха / Е. Г. Речицкая, Е. А. Сошина. — Москва : Владос, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Профессиональные интересы	Опросник «Мои профессиональные интересы»	Адаптированный вариант	Выявление профессиональных интересов и склонностей
Профессиональное самоопределение	Диагностическая беседа	Адаптированная беседа	Оценка уровня готовности к профессиональному выбору, знаний о профессиях
Самооценка	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (мод. Прихожан)	Оценка уровня самооценки, соотношение с профессиональными требованиями

Тематический план (10 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и введение	1	Выявление профессиональных интересов, введение в тему профориентации	Опросник «Мои профессиональные интересы». Вводная беседа «Что такое профессия?».	Групповая, диагностическая, беседа
2	Диагностика (завершение)	1	Оценка уровня готовности к профессиональному выбору, самооценки	Диагностическая беседа «Мой профессиональный выбор». Методика «Самооценка».	Групповая, диагностическая, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–10)					
3	Мир профессий	1	Расширить представления о мире профессий, познакомить с классификацией профессий	Игра «Классификация профессий». Презентация «Мир профессий».	Групповая, игровая, беседа
4	Профессии для людей с нарушением слуха	1	Познакомить с профессиями, доступными для людей с нарушениями слуха	Презентация «Профессии, которые мы можем выбрать». Встреча с успешными людьми (видео/гость).	Групповая, беседа, просмотр
5	Профессиональные пробы: сфера «Человек – техника»	1	Познакомить с профессиями технической сферы, провести профессиональные пробы	Профессии: слесарь, электрик, водитель, программист. Практические задания (сборка конструктора, работа с компьютером).	Групповая, практическая работа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
6	Профессиональные пробы: сфера «Человек – человек»	1	Познакомить с профессиями социальной сферы, развивать коммуникативные навыки	Профессии: учитель, врач, социальный работник, продавец. Ролевая игра.	Групповая, ролевая игра
7	Профессиональные пробы: сфера «Человек – природа»	1	Познакомить с профессиями, связанными с природой	Профессии: ветеринар, агроном, эколог. Практические задания (уход за растениями).	Групповая, практическая работа
8	Профессиональные пробы: сфера «Человек – искусство»	1	Познакомить с творческими профессиями, развивать творческие способности	Профессии: художник, музыкант, дизайнер, артист. Творческое задание.	Групповая, творческая работа
9	Мои сильные стороны и моя профессия	1	Соотносить свои способности и интересы с требованиями профессии, развивать самоанализ	Упражнение «Мои сильные стороны». Анализ профессиональных требований. Работа с опросниками.	Групповая, упражнение, беседа
10	Итоговое занятие	1	Закрепить знания, подвести итоги, сформировать первичный профессиональный план	Викторина «В мире профессий». Защита профориентационного проекта. Рефлексия.	Групповая, игровая, проектная

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и введение

Цель: выявление профессиональных интересов, введение в тему профориентации.

Задачи:

- познакомить участников с целями программы;
- провести опросник «Мои профессиональные интересы»;
- создать положительный настрой на работу.

Оборудование: бланки опросников, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели и задачи программы. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью.
Основная часть	1. Вводная беседа «Что такое профессия?» – обсуждение понятия «профессия», «специальность», «квалификация». 2. Опросник «Мои профессиональные интересы» – заполнение адаптированного опросника (с помощью психолога, с использованием наглядных опор). 3. Обсуждение – «Какие профессии тебя привлекают?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: оценка уровня готовности к профессиональному выбору, самооценки.

Задачи:

- провести диагностическую беседу «Мой профессиональный выбор»;
- провести методику «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн);
- завершить диагностический этап.

Оборудование: бланки методик, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Диагностическая беседа «Мой профессиональный выбор» – участники отвечают на вопросы о своих интересах, способностях, планах. 2. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) – оценка

Этап	Содержание
	себя по различным шкалам. 3. Обсуждение – «Какие качества важны для твоей будущей профессии?».
Заключительная часть	Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Мир профессий

Цель: расширить представления о мире профессий, познакомить с классификацией профессий.

Задачи:

- познакомить с классификацией профессий (по Е.А. Климову);
- расширить представления о разнообразии профессий;
- развивать умение различать профессии.

Оборудование: карточки с профессиями, презентация «Мир профессий».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Презентация «Мир профессий» – обзор основных групп профессий (человек-природа, человек-техника, человек-человек, человек-знак, человек-искусство). 2. Игра «Классификация профессий» – участники распределяют карточки с профессиями по группам. 3. Обсуждение – «Какие профессии из каждой группы тебе знакомы?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Профессии для людей с нарушением слуха

Цель: познакомить с профессиями, доступными для людей с нарушениями слуха.

Задачи:

- расширить представления о доступных профессиях;
- формировать позитивное отношение к профессиональным возможностям;
- повышать уверенность в своих силах.

Оборудование: презентация «Профессии, которые мы можем выбрать», видеоматериалы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Презентация «Профессии, которые мы можем выбрать» – обзор профессий: IT-специалист, дизайнер, художник, программист, слесарь, швея, мастер по ремонту, социальный работник, педагог, предприниматель. 2. Просмотр видеороликов о успешных людях с нарушениями слуха. 3. Обсуждение – «Какие профессии тебя заинтересовали? Почему?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Профессиональные пробы: сфера «Человек – техника»

Цель: познакомить с профессиями технической сферы, провести профессиональные пробы.

Задачи:

- познакомить с профессиями: слесарь, электрик, водитель, программист;
- провести практические пробы;
- развивать интерес к техническим профессиям.

Оборудование: конструктор (LEGO или аналоги), компьютер, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Знакомство с профессиями технической сферы – рассказ педагога, показ инструментов. 2. Практическое задание «Собери конструктор» – участники собирают модель по инструкции. 3. Практическое задание «Работа с компьютером» – выполнение простого задания (создание текстового документа, работа в программе). 4. Обсуждение – «Что было легко? Что сложно?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Профессиональные пробы: сфера «Человек – человек»

Цель: познакомить с профессиями социальной сферы, развивать коммуникативные навыки.

Задачи:

- познакомить с профессиями: учитель, врач, социальный работник, продавец;
- развивать коммуникативные навыки;
- проводить ролевые пробы.

Оборудование: карточки с ролями, атрибуты профессий (указка, медицинский халат, бейджик продавца).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Знакомство с профессиями социальной сферы – рассказ педагога, обсуждение качеств, необходимых для этих профессий. 2. Ролевая игра «Учитель и ученики» – один участник показывает, как он видит учителя, другие — учеников. 3. Ролевая игра «Врач и пациент» – проигрывание приёма. 4. Обсуждение – «Какие качества важны для профессий "человек-человек"?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Профессиональные пробы: сфера «Человек – природа»

Цель: познакомить с профессиями, связанными с природой.

Задачи:

- познакомить с профессиями: ветеринар, агроном, эколог;
- провести практические пробы;
- развивать интерес к профессиям, связанным с природой.

Оборудование: комнатные растения, лейка, карточки с животными.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Знакомство с профессиями – рассказ педагога, показ картинок. 2. Практическое задание «Уход за растениями» – полив растений, уход за ними.

Этап	Содержание
	3. Игра «Лечим животных» – участники показывают, как лечить игрушечных животных. 4. Обсуждение – «Что нужно знать и уметь для работы с природой?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Профессиональные пробы: сфера «Человек – искусство»

Цель: познакомить с творческими профессиями, развивать творческие способности.

Задачи:

- познакомить с профессиями: художник, дизайнер, артист, музыкант;
- развивать творческие способности;
- проводить творческие пробы.

Оборудование: бумага, краски, карандаши, музыкальные инструменты (по возможности).

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на творческую работу.
Основная часть	1. Знакомство с творческими профессиями – рассказ педагога, показ примеров. 2. Творческое задание «Рисуем профессию» – участники рисуют человека определённой профессии. 3. Творческое задание «Создаём макет» – участники создают простой макет (визитка, афиша). 4. Обсуждение – «Какие творческие профессии тебе интересны?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Мои сильные стороны и моя профессия

Цель: соотносить свои способности и интересы с требованиями профессии, развивать самоанализ.

Задачи:

- развивать навыки самоанализа;
- соотносить свои сильные стороны с требованиями профессий;
- формировать реалистичный взгляд на свои возможности.

Оборудование: карточки «Мои сильные стороны», опросники.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои сильные стороны» – участники записывают свои сильные стороны и соотносят их с требованиями профессий. 2. Анализ профессиональных требований – работа с карточками «Что нужно для профессии?». 3. Работа с опросниками – выявление соответствия своих качеств требованиям различных профессий. 4. Обсуждение – «Какие профессии подходят тебе по твоим качествам?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Итоговое занятие

Цель: закрепить знания, подвести итоги, сформировать первичный профессиональный план.

Задачи:

- повторить изученный материал;
- закрепить профессиональные планы;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки для викторины, бумага для проектов, призы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Викторина «В мире профессий» – вопросы о профессиях, требованиях, инструментах. 2. Защита профориентационного проекта – «Моя будущая профессия» (презентация своего выбора). 3. Рефлексия – «Что я узнал о профессиях?», «Что было самым важным для меня?».
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Психологическая подготовка к экзаменам»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 8–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 07.11.2018 № 189/1513 «Об утверждении Порядка проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования» (с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 8–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 14–17 лет. Форма работы: **индивидуальная** или **групповая** (8–10 человек) — в зависимости от возможностей образовательной организации и индивидуальных особенностей обучающихся.

Обучающиеся с нарушениями слуха испытывают дополнительный стресс в период подготовки и сдачи ГВЭ в связи с особенностями восприятия информации, трудностями понимания инструкций, ограниченными коммуникативными возможностями. Непонимание процедуры экзамена, незнание своих прав, трудности с адаптацией к новой обстановке — всё это усиливает тревожность и может негативно сказаться на результате.

Программа учитывает речевые и коммуникативные особенности целевой группы, использует наглядные и интерактивные методы работы.

Актуальность программы

Период подготовки и сдачи государственной итоговой аттестации является одним из наиболее стрессовых этапов в жизни подростка. Для обучающихся с нарушениями слуха этот период сопровождается дополнительными сложностями: необходимость восприятия больших объёмов информации через чтение, ограниченные возможности устного общения, трудности понимания инструкций, незнакомые условия проведения экзамена (отсутствие сурдопереводчика, неадаптированная обстановка).

По данным исследований, уровень тревожности у выпускников с нарушениями слуха перед экзаменами значительно выше, чем у их слышащих сверстников, что связано с неуверенностью в понимании заданий, страхом не уложиться во времени, сложностями с распределением внимания. При этом многие обучающиеся с нарушениями слуха не имеют достаточных навыков саморегуляции и не владеют приёмами совладания со стрессом.

Программа направлена на **психологическую подготовку к ГВЭ** через:

- снижение предэкзаменационного стресса и тревожности;
- развитие стрессоустойчивости;
- формирование навыков самоорганизации и тайм-менеджмента;
- ознакомление с процедурой проведения ГВЭ (с учётом особенностей обучающихся с нарушениями слуха);
- формирование уверенности в своих силах и позитивного настроя на успех.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала, упрощённых инструкций);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, модели экзаменационных ситуаций, видеоматериалы);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через моделирование ситуаций, ролевые игры, выполнение практических заданий;
- **Принцип дифференцированного подхода** – учёт индивидуальных особенностей обучающихся, уровня сформированности регуляторных функций, темпа работы.

Цель программы

Снижение предэкзаменационного стресса, развитие стрессоустойчивости, навыков самоорганизации и формирование психологической готовности к сдаче ГВЭ у обучающихся 8–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. **Диагностические:**

    - Выявить уровень тревожности и стрессоустойчивости обучающихся.
    - Оценить уровень сформированности навыков саморегуляции и самоорганизации.
    - Определить индивидуальные особенности восприятия стрессовых ситуаций.

2. **Образовательные:**

- Познакомить с процедурой проведения ГВЭ (порядок проведения, правила поведения, права участников) с учётом особенностей обучающихся с нарушениями слуха.
- Сформировать понимание структуры экзаменационных материалов.
- Познакомить с приёмами рациональной организации времени и эффективной подготовки.

3. **Коррекционно-развивающие:**

   - Обучить приёмам саморегуляции и снятия эмоционального напряжения (дыхательные техники, мышечная релаксация, визуализация).
   - Развивать навыки совладания с тревогой и стрессом.
   - Формировать навыки тайм-менеджмента и самоорганизации в период подготовки.
   - Развивать уверенность в своих силах и позитивное мышление.

4. **Воспитательные:**

   - Формировать ответственное отношение к подготовке к экзаменам.
   - Развивать навыки саморефлексии и самооценки.

Планируемые результаты

По итогам программы предполагается формирование у обучающихся следующих знаний, умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- Знание процедуры проведения ГВЭ.
- Понимание структуры экзаменационных материалов.
- Знание своих прав как участника ГВЭ с ограниченными возможностями здоровья.
- Понимание приёмов эффективной подготовки.

В поведенческой сфере:

- Умение применять приёмы саморегуляции в стрессовых ситуациях.
- Умение планировать время подготовки к экзамену.
- Умение эффективно распределять силы и внимание на экзамене.
- Навыки управления тревогой в момент экзамена.

В личностной сфере:

- Снижение уровня предэкзаменационной тревожности.
- Повышение стрессоустойчивости.
- Формирование уверенности в своих силах.
- Положительный настрой на прохождение ГВЭ.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **10 занятий** (индивидуально или в группе, 1 раз в неделю по 30 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.

- **Занятия 3–10** — коррекционно-развивающий блок (8 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- психологическая диагностика (опросники, шкалы тревожности);
- моделирование ситуаций;
- ролевые игры (проигрывание процедуры экзамена);
- просмотр и обсуждение видеоматериалов;
- упражнения на развитие саморегуляции (дыхательные техники, релаксация);
- арт-терапевтические техники (рисование, коллаж);
- беседы и дискуссии;
- работа с памятками и алгоритмами.

Адаптация материала для обучающихся с нарушениями слуха осуществляется через:

- использование жестовой речи в сочетании с устной речью;
- активное использование наглядных опор (пиктограммы, схемы, карточки);
- упрощение лексического материала;
- письменное дублирование ключевой информации.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (пространство для работы в кругу, наличие проектора для демонстрации материалов).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями-предметниками, классными руководителями, воспитателями и родителями (законными представителями).

Актуализированный список литературы

1. Аракелов, Г. Г. Стресс и его преодоление / Г. Г. Аракелов. — Москва : Институт психологии РАН, 2017.
2. Василюк, Ф. Е. Психология переживания / Ф. Е. Василюк. — Москва : МГУ, 1984.
3. Глазман, О. Л. Психологические особенности детей с нарушением слуха / О. Л. Глазман. — Москва : Владос, 2018.
4. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. — Санкт-Петербург : Питер, 2001.
5. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса / Л. А. Китаев-Смык. — Москва : Наука, 1983.
6. Микляева, А. В., Румянцева, П. В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция / А. В. Микляева, П. В. Румянцева. — Санкт-Петербург : Речь, 2004.
7. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. — Москва : МПСИ, 2000.
8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.

10. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка / Н. Я. Семаго. — Москва : Айрис-пресс, 2021.
11. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
12. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5–6 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
13. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
14. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.
15. Юсупов, И. М. Психология саморегуляции / И. М. Юсупов. — Казань, 2005.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Экзаменационная тревожность	Шкала экзаменационной тревожности (адаптированная)	А. М. Прихожан (адаптация)	Оценка уровня тревожности, связанной с предстоящим экзаменом
Стрессоустойчивость	Опросник «Стресс-тест» (адаптированный)	Адаптированная методика	Выявление уровня стрессоустойчивости, преобладающих реакций на стресс
Навыки саморегуляции	Беседа «Как я справляюсь с волнением»	Адаптированная беседа	Оценка уровня сформированности навыков саморегуляции
Самооценка	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (мод. Прихожан)	Оценка уровня самооценки и уверенности в себе

Тематический план (10 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и введение	1	Выявление уровня экзаменационной тревожности, знакомство с целями программы	Шкала экзаменационной тревожности. Опросник «Стресс-тест». Вводная беседа.	Индивидуальная/групповая, диагностическая, беседа
2	Диагностика (завершение)	1	Оценка уровня саморегуляции, самооценки, завершение диагностического этапа	Беседа «Как я справляюсь с волнением». Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн).	Индивидуальная/групповая, диагностическая, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–10)					
3	Что такое ГВЭ?	1	Познакомить с процедурой проведения ГВЭ, правами участников, правилами поведения	Информационный блок «ГВЭ: что это?». Просмотр видео-инструкций. Ответы на вопросы.	Индивидуальная/групповая, беседа, просмотр
4	Структура экзамена	1	Познакомить со структурой экзаменационных материалов, критериями оценивания	Разбор структуры ГВЭ (русский язык, математика). Работа с демоверсиями.	Индивидуальная/групповая, практическая работа
5	Как организовать подготовку	1	Формировать навыки самоорганизации, тайм-менеджмента, планирования	Упражнение «Мой план подготовки». Создание индивидуального графика. Памятка «Как готовиться к ГВЭ».	Индивидуальная/групповая, упражнение, беседа
6	Страх и	1	Научить управлять тревогой,	Обсуждение страхов.	Индивидуальная/групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	тревога на экзамене		развивать стрессоустойчивость	Упражнение «Мой страх – это...». Дыхательные техники.	беседа, упражнение
7	Приёмы саморегуляции	1	Обучить приёмам саморегуляции и снятия напряжения в стрессовых ситуациях	Дыхательная гимнастика. Мышечная релаксация. Визуализация «Успешный экзамен».	Индивидуальная/групповая, релаксация, упражнение
8	Уверенность и позитивный настрой	1	Развивать уверенность в своих силах, формировать позитивное мышление	Упражнение «Мои сильные стороны». Аффирмации. Коллаж «Я – успешный выпускник».	Индивидуальная/групповая, арт-терапия, упражнение
9	День экзамена: что важно знать	1	Подготовить к организационным моментам дня экзамена, снизить неопределённость	Моделирование ситуации экзамена. Памятка «День экзамена». Ролевая игра.	Индивидуальная/групповая, ролевая игра, беседа
10	Итоговое занятие	1	Закрепить навыки, подвести итоги, провести контрольную диагностику	Повторная диагностика. Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мой успешный экзамен».	Индивидуальная/групповая, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и введение

Цель: выявление уровня экзаменационной тревожности, знакомство с целями программы.

Задачи:

- установить доверительный контакт с обучающимся/группой;
- провести диагностику уровня экзаменационной тревожности;
- провести опросник «Стресс-тест»;
- объяснить цели и задачи программы.

Оборудование: бланки методик, доска/флипчарт, маркеры.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, объясняет цели и задачи программы. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Вводная беседа – «Какие чувства ты испытываешь перед экзаменами?», «Что тебя волнует больше всего?». 2. Шкала экзаменационной тревожности – заполнение опросника (с помощью психолога, с использованием наглядных опор). 3. Опросник «Стресс-тест» – заполнение опросника.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я чувствую сейчас?». Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: оценка уровня саморегуляции, самооценки, завершение диагностического этапа.

Задачи:

- провести беседу «Как я справляюсь с волнением»;
- провести методику «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн);
- создать настрой на дальнейшую работу.

Оборудование: бланки методик, доска/флипчарт.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Как я справляюсь с волнением» – участники отвечают на вопросы о способах совладания со стрессом. 2. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) –

Этап	Содержание
	оценка себя по различным шкалам. 3. Обсуждение – «Какие качества помогут мне успешно сдать ГВЭ?».
Заключительная часть	Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Что такое ГВЭ?

Цель: познакомить с процедурой проведения ГВЭ, правами участников, правилами поведения.

Задачи:

- познакомить с порядком проведения ГВЭ;
- объяснить права участников с ОВЗ;
- снять тревожность, связанную с незнанием процедуры.

Оборудование: презентация «ГВЭ: что это?», видеоматериалы (инструкции для участников), памятки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Информационный блок «ГВЭ: что это?» – порядок проведения, правила поведения, права участников с ОВЗ (увеличенное время, специальные условия). 2. Просмотр видео-инструкций о процедуре ГВЭ (с субтитрами или сурдопереводом). 3. Ответы на вопросы – «Что ещё непонятно?», «Что тебя волнует?». 4. Создание памятки «Что нужно знать о ГВЭ».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что нового я узнал о ГВЭ?». Прощание.

Занятие № 4. Структура экзамена

Цель: познакомить со структу рой экзаменационных материалов, критериями оценивания.

Задачи:

- разобрать структуру ГВЭ по русскому языку и математике;
- познакомить с критериями оценивания;
- снизить страх перед незнакомым форматом заданий.

Оборудование: демоверсии экзаменационных материалов, схемы структуры экзамена, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Разбор структуры ГВЭ по русскому языку – части, типы заданий, время выполнения. 2. Разбор структуры ГВЭ по математике – части, типы заданий, время выполнения. 3. Работа с демоверсиями – знакомство с примерами заданий. 4. Обсуждение – «Какие задания кажутся сложными?», «Что нужно повторить?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что стало понятнее после занятия?». Прощание.

Занятие № 5. Как организовать подготовку

Цель: формировать навыки самоорганизации, тайм-менеджмента, планирования.

Задачи:

- научить планировать время подготовки;
- сформировать навыки тайм-менеджмента;
- снизить тревогу, связанную с нехваткой времени.

Оборудование: карточки для планирования, памятка «Как готовиться к ГВЭ», доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение – «Как ты готовишься к экзаменам?», «Что помогает, а что мешает?». 2. Упражнение «Мой план подготовки» – создание индивидуального графика подготовки по дням. 3. Создание памятки «Как готовиться к ГВЭ» – запись на доске ключевых правил. 4. Обсуждение – «Как распределить время между предметами?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что нового я узнал о планировании?». Прощание.

Занятие № 6. Страх и тревога на экзамене

Цель: научить управлять тревогой, развивать стрессоустойчивость.

Задачи:

- выявить и проработать страхи, связанные с экзаменом;
- научить приёмам управления тревогой;
- формировать позитивное отношение к экзамену.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с приёмами управления тревогой.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение страхов – «Чего ты боишься на экзамене?», «Что может пойти не так?». 2. Упражнение «Мой страх – это...» – участники рисуют свой страх, затем обсуждают способы его преодоления. 3. Дыхательные техники – обучение приёмам быстрого успокоения. 4. Обсуждение – «Что помогает мне справиться со страхом?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Как я могу справиться со своим страхом?». Прощание.

Занятие № 7. Приёмы саморегуляции

Цель: обучить приёмам саморегуляции и снятия напряжения в стрессовых ситуациях.

Задачи:

- освоить дыхательные техники;
- освоить мышечную релаксацию;
- освоить визуализацию успеха.

Оборудование: коврики для релаксации, музыка для релаксации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Дыхательная гимнастика – обучение приёмам (квадратное дыхание, дыхание с удлинённым выдохом). 2. Мышечная релаксация – упражнения на напряжение и расслабление мышц. 3. Визуализация «Успешный экзамен» – участники

Этап	Содержание
	представляют себя успешно сдающими экзамен (под музыку). 4. Обсуждение – «Что тебе помогло расслабиться?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Уверенность и позитивный настрой

Цель: развивать уверенность в своих силах, формировать позитивное мышление.

Задачи:

- актуализировать сильные стороны;
- формировать позитивный настрой;
- повышать самооценку.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, журналы для коллажа, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои сильные стороны» – участники записывают свои сильные стороны, делятся в группе. 2. Аффирмации – произнесение позитивных утверждений о себе («Я справлюсь», «Я готов», «У меня всё получится»). 3. Коллаж «Я – успешный выпускник» – создание коллажа из вырезок, отражающих успешную сдачу экзамена и будущие достижения. 4. Обсуждение – «Какие чувства у тебя вызывает твой коллаж?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что придаёт мне уверенность?». Прощание.

Занятие № 9. День экзамена: что важно знать

Цель: подготовить к организационным моментам дня экзамена, снизить неопределённость.

Задачи:

- смоделировать ситуацию экзамена;
- отработать алгоритм действий в день экзамена;
- снизить тревогу, связанную с незнанием процедуры.

Оборудование: бланки ответов, часы, карточки с инструкциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Моделирование ситуации экзамена – участники проходят через этапы: вход, рассадка, инструктаж, выполнение заданий, завершение. 2. Ролевая игра – проигрывание ситуации экзамена с использованием бланков. 3. Создание памятки «День экзамена» – запись ключевых действий. 4. Обсуждение – «Что важно помнить в день экзамена?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Итоговое занятие

Цель: закрепить навыки, подвести итоги, провести контрольную диагностику.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бланки методик, бумага, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – Шкала экзаменационной тревожности, опросник «Стресс-тест». 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в твоём состоянии?», «Что стало легче?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – участники рассказывают, что запомнилось, что пригодится. 4. Рисунок «Мой успешный экзамен» – участники рисуют себя успешно сдающими экзамен.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Пожелания на экзамен. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Я в безопасности»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа групповых коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 5–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходми к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 5–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 11–17 лет. Численность группы: 4-9 человек.

Подростки с нарушениями слуха находятся в зоне повышенного риска в цифровой среде в силу ряда факторов: трудности распознавания социальных угроз из-за ограниченного восприятия, недостаточный опыт коммуникации, сложности с пониманием невербальных сигналов, доверчивость, а также потребность в компенсации коммуникативных трудностей через интернет-общение. Исследования показывают, что обучающиеся с ОВЗ чаще становятся жертвами кибербуллинга — до 55% подростков сталкивались с оскорблениями и грубостью в сети.

Программа учитывает речевые и коммуникативные особенности целевой группы, использует наглядные и интерактивные методы работы. Занятия проводятся в **групповой форме**, что позволяет моделировать реальные ситуации взаимодействия, развивать навыки общения и сотрудничества в безопасной среде.

Актуальность программы

Современные подростки проводят в интернете значительную часть времени, и для обучающихся с нарушениями слуха цифровая среда становится важным пространством социализации. Однако именно эта категория детей особенно уязвима перед онлайн-рисками: кибербуллингом, интернет-зависимостью, вовлечением в деструктивные сообщества, распространением личной информации.

Согласно исследованиям, 55% подростков сталкивались с кибербуллингом, при этом 39% из них никогда не рассказывали об этом взрослым, а 24% делились только с близкими друзьями. Только 24% обращались к родителям, 5% — к учителям. 22% признались, что им некому было сообщить о случившемся.

Для подростков с нарушениями слуха ситуация осложняется трудностями коммуникации: они могут не распознать кибербуллинг, не знать, куда обратиться за помощью, или не иметь возможности донести информацию о проблеме до взрослых -4. Кроме того, у этой категории подростков выше риск интернет-зависимости как способа компенсации недостатка реального общения.

Программа направлена на **формирование навыков безопасного поведения в сети**, **профилактику интернет-зависимости и кибербуллинга**, развитие **критического мышления** и **навыков самозащиты** в цифровой среде у подростков с нарушениями слуха.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, видеоматериалы, буклеты);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, дискуссии, моделирование ситуаций, ролевые игры;
- **Принцип практической направленности** – отработка конкретных навыков безопасного поведения в сети и способов противодействия кибербуллингу.

Цель программы

Формирование навыков безопасного поведения в интернете, профилактика интернет-зависимости и кибербуллинга, развитие критического мышления и способности противостоять негативному влиянию в цифровой среде у обучающихся 5–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. **Образовательные:**

    - Сформировать понимание понятий «кибербуллинг», «интернет-зависимость», «личные границы», «персональные данные».
    - Познакомить с признаками кибербуллинга, его видами и последствиями.

- Расширить знания о правилах безопасного поведения в интернете.

2. **Развивающие:**

   - Развивать навыки распознавания онлайн-рисков.
   - Развивать навыки саморегуляции и управления временем в интернете.
   - Развивать критическое мышление и способность противостоять манипуляциям.
   - Формировать навыки конструктивного разрешения конфликтов.

3. **Воспитательные:**

   - Формировать ответственное отношение к своему поведению в сети.
   - Развивать навыки обращения за помощью в ситуациях кибербуллинга.
   - Воспитывать уважительное отношение к другим пользователям.

Планируемые результаты

По итогам программы предполагается формирование у обучающихся следующих знаний, умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- Понимание понятий «кибербуллинг», «интернет-зависимость», «личные данные», «сетевой этикет».
- Знание признаков кибербуллинга и его видов.
- Понимание алгоритма действий при столкновении с кибербуллингом.

В поведенческой сфере:

- Умение распознавать кибербуллинг в различных ситуациях.
- Умение применять стратегии безопасного поведения в сети.
- Умение обращаться за помощью к взрослым и в службы поддержки.
- Навыки блокировки и подачи жалобы на обидчиков.

В личностной сфере:

- Готовность к ответственному и сбалансированному использованию интернета.
- Сформированность навыков самозащиты в цифровой среде.
- Повышение уровня критического мышления и киберграмотности.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **10 занятий** (групповые занятия, 1 раз в неделю по 40–45 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–10** — коррекционно-развивающий блок (8 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- групповая дискуссия;
- ролевые игры и моделирование ситуаций;
- просмотр и обсуждение видеоматериалов (мультфильмы, социальные ролики);

- арт-терапевтические техники (рисование, коллаж);
- игры на сплочение коллектива;
- создание памяток и буклетов;
- диагностические методики.

Адаптация материала для обучающихся с нарушениями слуха осуществляется через:

- использование жестовой речи в сочетании с устной речью;
- активное использование наглядных опор (пиктограммы, схемы, карточки);
- упрощение лексического материала;
- наличие субтитров при просмотре видеоматериалов.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (пространство для работы в кругу, наличие проектора для демонстрации материалов, компьютеры/планшеты для практических заданий).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями информатики, классными руководителями, социальным педагогом и родителями.

Актуализированный список литературы

1. Солдатова, Г. У., Чигарькова, С. В., Пермякова, И. Д. Кибербезопасность. 5–9 классы : программа курса / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, И. Д. Пермякова. — Москва : Русское слово, 2023.
2. Солдатова, Г. У. Кибербезопасность : учебник для 5 класса / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, И. Д. Пермякова. — Москва : Просвещение, 2022.
3. Солдатова, Г. У. Кибербезопасность : учебник для 6 класса / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, И. Д. Пермякова. — Москва : Просвещение, 2023.
4. Солдатова, Г. У. Кибербезопасность : учебник для 7 класса / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, И. Д. Пермякова. — Москва : Просвещение, 2023.
5. Цветкова, М. С., Якушина, Е. В. Информационная безопасность. Безопасное поведение в сети Интернет. 5–6 классы / М. С. Цветкова, Е. В. Якушина. — Москва : Просвещение, 2022.
6. Наместникова, М. С. Информационная безопасность или на расстоянии / М. С. Наместникова. — Москва : Просвещение, 2023.
7. Бэрон, Р., Ричардсон, Д. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. — Санкт-Петербург : Питер, 2001.
8. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5–6 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
9. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
10. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
11. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
12. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	Методика	Источник	Цель
Интернет-зависимость	Скрининг-анкета «Интернет-зависимость» (адаптированная)	Адаптированная методика	Выявление уровня интернет-зависимости у подростков
Кибербуллинг	Анкета «Опыт столкновения с кибербуллингом»	Адаптированный вариант	Выявление распространённости кибербуллинга, опыта столкновения
Киберграмотность	Опросник «Знаю ли я правила безопасности?»	Адаптированный опросник	Оценка уровня знаний о безопасном поведении в сети
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности

Тематический план (10 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Знакомство участников, создание доверительной атмосферы, начало диагностического этапа	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Анкета «Опыт столкновения с кибербуллингом». Скрининг-анкета «Интернет-зависимость». Правила работы в группе.	Групповая, диагностическая, игровая
2	Диагностика (завершение)	1	Оценка уровня киберграмотности, эмоционального состояния, завершение диагностики	Опросник «Знаю ли я правила безопасности?». Цветовой тест Люшера. Обсуждение целей программы.	Групповая, диагностическая, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–10)					
Раздел 1. Что такое кибербезопасность? (занятия 3–4)					
3	Что такое кибербезопасность?	1	Познакомить с понятиями «кибербезопасность», «кибербуллинг», «интернет-зависимость»	Работа с карточками «Что такое кибербезопасность?». Дискуссия «Интернет: друг или враг?». Создание «Словаря понятий».	Групповая, дискуссия, работа с наглядным материалом
4	Кто такие кибербулли?	1	Познакомить с признаками и видами кибербуллинга, ролями в ситуации травли	Мозговой штурм «Признаки кибербуллинга». Работа с карточками. Упражнение «Роли в кибербуллинге».	Групповая, мозговой штурм, упражнение

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
Раздел 2. Как защитить себя в сети? (занятия 5–7)					
5	Личные данные и конфиденциальность	1	Сформировать навыки защиты персональных данных и управления ими	Упражнение «Что я могу рассказать о себе в сети?». Работа с карточками «Личные данные». Создание памятки.	Групповая, упражнение, работа с карточками
6	Профилактика интернет-зависимости	1	Обучить навыкам саморегуляции и управления временем в интернете	Упражнение «Сколько времени я провожу в сети?». Дыхательные техники. Создание памятки «Как не зависнуть в интернете».	Групповая, упражнение, беседа
7	Если столкнулся с кибербуллингом	1	Сформировать алгоритм действий при столкновении с кибербуллингом	Мозговой штурм «Что делать, если меня травят в сети?». Создание памятки «Алгоритм действий». Ролевая игра.	Групповая, мозговой штурм, ролевая игра
Раздел 3. Я и другие в сети (занятия 8–9)					
8	Сетевой этикет и уважение	1	Формировать навыки уважительного общения в сети, умение говорить «нет»	Обсуждение правил сетевого этикета. Упражнение «Как правильно отвечать на оскорбления».	Групповая, дискуссия, упражнение
9	Мои границы в интернете	1	Формировать понимание личных границ, учить их защищать в сети	Упражнение «Мои личные границы в сети». Работа с карточками «Что допустимо, а что нет».	Групповая, упражнение, работа с карточками
Раздел 4. Итоги и рефлексия (занятие 10)					
10	Итоговое занятие	1	Подвести итоги	Повторная диагностика. Рефлексия	Групповая,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			программы, провести контрольную диагностику, рефлексию	«Что я узнал?». Создание буклета «Я в безопасности».	диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: знакомство участников, создание доверительной атмосферы, начало диагностического этапа.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы в группе;
- провести первичную диагностику (Анкета «Опыт столкновения с кибербуллингом», Скрининг-анкета «Интернет-зависимость»);
- создать атмосферу доверия и безопасности.

Оборудование: бланки анкет, карточки с именами, доска/флипчарт, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, кратко рассказывает о целях и задачах программы. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты (адаптировано с использованием жестов и карточек). 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила (говорить по очереди, уважать мнение других, соблюдать конфиденциальность). 3. Анкета «Опыт столкновения с кибербуллингом» – участники заполняют анкету с помощью психолога (адаптированный вариант с использованием карточек и наглядных опор). 4. Скрининг-анкета «Интернет-зависимость» – заполнение анкеты.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я ожидаю от занятий?». Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: оценка уровня киберграмотности, эмоционального состояния, завершение диагностики.

Задачи:

- провести опросник «Знаю ли я правила безопасности?»;
- провести цветовой тест Люшера;
- настроить участников на дальнейшую работу.

Оборудование: бланки методик, цветовой тест Люшера, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Опросник «Знаю ли я правила безопасности?» – участники отвечают на вопросы о правилах поведения в сети (с использованием наглядных опор). 2. Цветовой тест Люшера – оценка эмоционального состояния. 3. Обсуждение целей программы – «Что такое кибербезопасность?», «Зачем нам это знать?», «Что мы будем делать?».
Заключительная часть	Настрой на работу. Прощание.

Занятие № 3. Что такое кибербезопасность?

Цель: познакомить с понятиями «кибербезопасность», «кибербуллинг», «интернет-зависимость».

Задачи:

- ввести понятие «кибербезопасность»;
- создать «Словарь понятий»;
- провести дискуссию об интернете.

Оборудование: карточки со словами и терминами, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Комплимент».
Основная часть	1. Работа с карточками «Что такое кибербезопасность?» – участники составляют определение из карточек со словами. 2. «Словарь понятий» – запись определений на доске (кибербезопасность, кибербуллинг, интернет-зависимость, персональные данные) с наглядными пиктограммами. 3. Дискуссия: «Интернет: друг или враг?» – обсуждение плюсов и минусов интернета.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что нового я узнал о кибербезопасности?». Прощание.

Занятие № 4. Кто такие кибербулли?

Цель: познакомить с признаками и видами кибербуллинга, ролями в ситуации травли.

Задачи:

- выделить признаки кибербуллинга;
- познакомить с видами кибербуллинга;
- обсудить роли в ситуации травли.

Оборудование: карточки с признаками кибербуллинга, карточки с примерами ситуаций, видеоролик.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мозговой штурм «Признаки кибербуллинга» – участники называют признаки (с помощью наводящих вопросов психолога). 2. Работа с карточками «Виды кибербуллинга» – распределение ситуаций по видам (оскорбления, угрозы, распространение личной информации, исключение из групп). 3. Упражнение «Роли в кибербуллинге» – распределение карточек с описанием ролей (агрессор, жертва, наблюдатель), обсуждение каждой роли. 4. Просмотр видеоролика о кибербуллинге (с субтитрами) – обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия – «Как понять, что тебя травят в сети?». Прощание.

Занятие № 5. Личные данные и конфиденциальность

Цель: сформировать навыки защиты персональных данных и управления ими.

Задачи:

- познакомить с понятием «персональные данные»;
- учить различать информацию, которую можно и нельзя публиковать;
- формировать навыки защиты личной информации.

Оборудование: карточки с категориями информации, памятки, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Что я могу рассказать о себе в сети?» – участники распределяют информацию по категориям: «можно публиковать», «лучше не публиковать», «никогда не публиковать».

Этап	Содержание
	2. Работа с карточками «Личные данные» – обсуждение, что такое персональные данные и как их защитить -2. 3. Создание памятки «Как защитить свои личные данные в интернете».
Заключительная часть	Рефлексия – «Какую информацию я больше не буду публиковать?». Прощание.

Занятие № 6. Профилактика интернет-зависимости

Цель: обучить навыкам саморегуляции и управления временем в интернете.

Задачи:

- обучить оценке времени, проводимому в интернете;
- познакомить с признаками интернет-зависимости;
- освоить техники саморегуляции.

Оборудование: бланки для оценки времени, коврики для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Сколько времени я провожу в сети?» – участники оценивают своё время в интернете, сравнивают с нормой. 2. Обсуждение признаков интернет-зависимости – «Как понять, что я завишу от интернета?». 3. Дыхательные техники – обучение приёмам саморегуляции. 4. Создание памятки «Как не зависнуть в интернете» – запись правил здорового использования интернета.
Заключительная часть	Рефлексия – «Какие правила я возьму для себя?». Прощание.

Занятие № 7. Если столкнулся с кибербуллингом

Цель: сформировать алгоритм действий при столкновении с кибербуллингом.

Задачи:

- сформировать алгоритм действий;
- отработать навыки безопасного реагирования;
- создать памятку «Что делать при кибербуллинге».

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мозговой штурм «Что делать, если меня травят в сети?» – участники предлагают варианты действий. 2. Обсуждение алгоритма действий – «не отвечай агрессией», «сохрани доказательства», «заблокируй обидчика», «обратись к взрослому». 3. Создание памятки «Алгоритм действий при кибербуллинге». 4. Ролевая игра – проигрывание ситуаций кибербуллинга и отработка алгоритма действий.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что делать, если меня травят в сети?». Прощание.

Занятие № 8. Сетевой этикет и уважение

Цель: формировать навыки уважительного общения в сети, умение говорить «нет».

Задачи:

- познакомить с правилами сетевого этикета;
- развивать навыки конструктивного общения в сети;
- учить говорить «нет» в ситуациях давления.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Обсуждение правил сетевого этикета – «Как нужно общаться в интернете?». 2. Упражнение «Как правильно отвечать на оскорбления» – отработка уверенного ответа и игнорирования. 3. Ролевая игра – моделирование ситуаций давления в сети и отработка навыков отказа.
Заключительная часть	Рефлексия – «Как я могу уважать других в интернете?». Прощание.

Занятие № 9. Мои границы в интернете

Цель: формировать понимание личных границ, учить их защищать в сети.

Задачи:

- познакомить с понятием «личные границы» в интернете;
- учить определять свои границы;
- отрабатывать навыки защиты границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Мои личные границы в сети» – участники обсуждают, что для них допустимо в общении в сети, а что нет. 2. Работа с карточками «Что допустимо, а что нет» – распределение ситуаций по категориям. 3. Обсуждение – «Как сказать человеку в сети, что он нарушает мои границы?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Почему важно защищать свои границы в интернете?». Прощание.

Занятие № 10. Итоговое занятие

Цель: подвести итоги программы, провести контрольную диагностику, рефлексию.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать буклет «Я в безопасности».

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши, компьютер для создания буклета.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (Анкета «Опыт столкновения с кибербуллингом», Скрининг-анкета «Интернет-зависимость»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в моём поведении в интернете?», «Что я узнал о кибербезопасности?». 3. Создание буклета «Я в безопасности» – участники создают буклет с правилами безопасного поведения в сети.

Этап	Содержание
	4. Рефлексия «Что я узнал?» – участники рассказывают, что запомнилось, что пригодится в жизни.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих

занятий педагога-психолога

«Жизнь как ценность»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа групповых коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 3–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 286);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р, с изменениями на 2026 год);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 3–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 9–17 лет. Численность группы: 8–12 человек. Занятия проводятся в **групповой форме** с возможностью индивидуализации для младших (3–5 классы) и старших (6–9 классы) подростков.

Подростки с нарушениями слуха относятся к группе повышенного риска развития суицидального поведения. Исследования показывают, что у детей с нарушениями слуха в 1,5–2 раза чаще наблюдаются нарушения психоэмоционального состояния (40–50%), а 15–20% имеют клинически диагностированные психические расстройства. Основным фактором развития когнитивных нарушений является социальный дискомфорт людей с нарушениями слуха. По данным опросов, 42% глухих людей испытывают стыд за себя, а

64% хотели бы что-то изменить в себе. У 19,4% детей с сенсорными нарушениями отмечались суицидальные мысли на фоне неудовлетворённости социальным общением.

Исследование школьников 12–17 лет с нарушениями зрения и слуха показало, что дети с нарушениями слуха чаще испытывают негативные эмоции, связанные с осознанием своего дефекта, что может стать причиной снижения настроения и появления суицидальных мыслей. При этом 81,8% детей отмечают наличие близкого человека, но 34,1% при этом чувствуют себя одинокими. Этот парадокс указывает на дефицит навыков открытого общения о своих переживаниях и доверительных отношений, что требует специальной коррекционной работы.

Программа направлена на **формирование жизнестойкости**, **профилактику суицидального поведения**, развитие **позитивного образа будущего** и **навыков совладания с трудностями** у обучающихся с нарушениями слуха.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, видеоматериалы);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, дискуссии, моделирование ситуаций;
- **Принцип комплексности** – развитие всех компонентов жизнестойкости: вовлечённость, контроль, принятие риска;
- **Принцип дифференцированного подхода** – учёт возрастных особенностей (3–9 классы).

Актуальность программы

Суицидальное поведение детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья остаётся малоизученной, но крайне актуальной проблемой. Подростки с ОВЗ относятся к группе риска развития суицидального поведения, при этом стратегии профилактики суицидов у людей с инвалидностью на сегодняшний день недостаточно разработаны.

Для подростков с нарушениями слуха ситуация осложняется рядом факторов:

- **Коммуникативные барьеры** – трудности в выражении своих переживаний, ограниченный доступ к информации о помощи;
- **Социальная изоляция** – ограниченный круг общения, трудности установления доверительных отношений;
- **Негативная Я-концепция** – большинство подростков с ОВЗ (85%) имеют отрицательную Я-концепцию, 80% не нравятся себе, 34,1% чувствуют себя одинокими при наличии близких людей;
- **Низкий уровень жизнестойкости** – у 60% подростков с ОВЗ общий уровень жизнестойкости остаётся низким, полностью отсутствует шкала «принятие риска».

Жизнестойкость рассматривается как надёжный фактор защиты от стресса, способствующий здоровому преодолению трудных ситуаций и успешной адаптации. Она включает три компонента: вовлечённость (в противовес отстранённости), контроль (в противовес пассивности) и принятие риска (в противовес стремлению к безопасности и

избеганию). Исследования показывают, что люди с высокой жизнестойкостью в основном используют стратегии, ориентированные на решение проблем, в то время как люди с низкой жизнестойкостью — стратегии, ориентированные на эмоции.

Программа направлена на **формирование жизнестойкости** через развитие всех трёх её компонентов, обучение навыкам совладания с трудностями, развитие позитивного образа будущего и формирование ценности собственной жизни.

Цель программы

Формирование жизнестойкости, профилактика суицидального поведения, развитие позитивного образа будущего и навыков совладания с трудностями у обучающихся 3–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. **Образовательные:**

    - Сформировать понимание ценности жизни и позитивного отношения к себе.
    - Познакомить с понятием «жизнестойкость» и её компонентами.
    - Расширить знания о конструктивных способах решения проблем.

2. **Развивающие:**

    - Развивать вовлечённость в социальные и межличностные отношения.
    - Развивать чувство контроля над своей жизнью и ответственности.
    - Развивать готовность принимать вызовы и использовать трудности для развития.
    - Формировать навыки саморегуляции и совладания со стрессом.
    - Развивать позитивную Я-концепцию и уверенность в себе.

3. **Воспитательные:**

    - Формировать ценностное отношение к жизни.
    - Развивать навыки обращения за помощью в трудных ситуациях.
    - Формировать позитивный образ будущего и цели в жизни.

Планируемые результаты

По итогам программы предполагается формирование у обучающихся следующих знаний, умений и навыков:

В когнитивной сфере:

- Понимание ценности жизни и уникальности каждой личности.
- Знание компонентов жизнестойкости и способов их развития.
- Понимание алгоритма действий в трудной жизненной ситуации.

В поведенческой сфере:

- Умение применять стратегии решения проблем вместо избегания.
- Умение обращаться за помощью к доверенным взрослым.
- Навыки саморегуляции в стрессовых ситуациях.

- Умение ставить цели и строить планы на будущее.

В личностной сфере:

- Повышение уровня жизнестойкости.
- Формирование позитивной Я-концепции.
- Развитие осмысленности жизни и появление целей в жизни («получить образование», «создать семью»).
- Готовность активно участвовать в социальных отношениях.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **12 занятий** (групповые занятия, 1 раз в неделю по 40–45 минут). В соответствии с возрастными особенностями материал адаптируется для младших (3–5 классы) и старших (6–9 классы) подростков.

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–12** — коррекционно-развивающий блок (10 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- групповая дискуссия и беседа;
- ролевые игры и моделирование трудных жизненных ситуаций;
- психогимнастика и релаксационные упражнения;
- творческие работы (рисование, коллаж, проектирование);
- работа с кейс-заданиями;
- диагностические методики.

Адаптация материала для обучающихся с нарушениями слуха осуществляется через:

- использование жестовой речи в сочетании с устной речью;
- активное использование наглядных опор (пиктограммы, схемы, карточки);
- упрощение лексического материала с учётом возрастных особенностей.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (пространство для работы в кругу, наличие проектора для демонстрации материалов).

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителями классов, воспитателями, социальным педагогом и родителями.

Актуализированный список литературы

1. Горьковая, И. А., Микляева, А. В. Социально-психологические факторы жизнестойкости подростков с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика : монография / И. А. Горьковая, А. В. Микляева. — Санкт-Петербург : Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2019.
2. Камышева, В. Р. Программа формирования жизнестойкости у детей подросткового возраста с умственной отсталостью / В. Р. Камышева // Актуальные вопросы специальной педагогики и психологии. — 2023.

3. Карауш, И. С., Дашева, Б. А. Особенности выявления суицидальных тенденций у подростков с ограниченными возможностями здоровья / И. С. Карауш, Б. А. Дашева // European Psychiatry. — 2014.
4. Колоша, О., Богачева, О. Методы профилактики психических расстройств у детей с нарушениями слуха / О. Колоша, О. Богачева // Репозиторий ХНМУ. — 2020.
5. Лубовский, Д. В. Жизнестойкость детей и подростков с ОВЗ : как повысить? / Д. В. Лубовский // Растим детей. Навигатор для современных родителей. — 2023.
6. Диагностика результатов социального воспитания детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья // КиберЛенинка.
7. Adibsereshki, N. и др. Эффективность программы интервенции по развитию жизнестойкости у подростков с нарушениями слуха / N. Adibsereshki и др. // International Journal of Disability, Development and Education. — 2025.
8. McDaniel, H. L. и др. Профилактические интервенции и снижение риска суицидальных мыслей и поведения у молодёжи / H. L. McDaniel и др. // Grantee Submission. — 2025.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Жизнестойкость	Тест жизнестойкости (адаптированный)	С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева)	Оценка уровня жизнестойкости и её компонентов (вовлечённость, контроль, принятие риска)
Осмысленность жизни	Методика «Смысложизненные ориентации» (адаптированная)	Д.А. Леонтьев	Оценка наличия целей в жизни, интереса к жизни, удовлетворённости самореализацией
Я-концепция	Тест «Кто я?» (адаптированный)	М. Кун, Т. Макпартленд (модификация)	Оценка позитивности/негативности Я-концепции
Суицидальные риски	Анкета «Моё настроение и мысли»	Адаптированная методика	Выявление сниженного настроения, суицидальных мыслей, наличия доверительных отношений
Самооценка	Методика «Самооценка»	Дембо-Рубинштейн (мод. Прихожан)	Оценка уровня самооценки

Тематический план (12 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Знакомство участников, создание доверительной атмосферы, начало диагностического этапа	Приветствие. Упражнение «Комплимент». Анкета «Моё настроение и мысли». Тест «Кто я?». Правила работы в группе.	Групповая, диагностическая, игровая
2	Диагностика (завершение)	1	Оценка уровня жизнестойкости, осмысленности жизни, самооценки	Тест жизнестойкости. Методика «Смысложизненные ориентации». Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн). Обсуждение целей программы.	Групповая, диагностическая, беседа
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–12)					
Раздел 1. Что такое жизнестойкость? (занятия 3–5)					
3	Жизнь — это ценность	1	Формировать ценностное отношение к жизни, позитивное отношение к себе	Упражнение «Что для меня важно в жизни?». Работа с карточками «Ценности». Создание коллажа «Мои ценности».	Групповая, арт-терапия, беседа

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
4	Что такое жизнестойкость?	1	Познакомить с понятием жизнестойкости и её компонентами	Мини-лекция «Три кита жизнестойкости». Упражнение «Как я справляюсь с трудностями».	Групповая, лекция, упражнение
5	Я и моя жизнь	1	Развивать вовлечённость в отношения с окружающими	Упражнение «Кто меня поддерживает?». Игра «Я — часть коллектива». Рисунок «Я и мой мир».	Групповая, игровая, арт-терапия
Раздел 2. Управление своей жизнью (занятия 6–8)					
6	Я управляю своей жизнью	1	Развивать чувство контроля над своей жизнью и ответственности	Упражнение «Что я могу изменить?». Работа с ситуациями выбора.	Групповая, упражнение, беседа
7	Мои цели и будущее	1	Формировать позитивный образ будущего, развивать целеполагание	Упражнение «Мои цели на год». Создание «Карты будущего».	Групповая, творческая работа, беседа
8	Трудности как возможности	1	Развивать принятие риска и готовность справляться с трудностями	Упражнение «Превращаем трудности в возможности». Разбор ситуаций.	Групповая, упражнение, дискуссия
Раздел 3. Как справляться с трудностями? (занятия 9–11)					
9	Мои сильные стороны	1	Развивать позитивную Я-концепцию,	Упражнение «Мои сильные стороны». Игра	Групповая, упражнение, арт-

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
			повышать самооценку	«Я могу». Создание «Дерева моих достижений».	терапия
10	Как справляться с трудностями	1	Формировать конструктивные стратегии совладания со стрессом	Разбор ситуаций. Упражнение «Проблема и решение». Дыхательные техники.	Групповая, кейс-метод, релаксация
11	Я не один	1	Развивать навыки обращения за помощью, формировать доверительные отношения	Упражнение «Кто может мне помочь?». Игра «Мой круг поддержки». Ролевая игра «Как попросить о помощи».	Групповая, игровая, ролевая игра
Раздел 4. Итоги и рефлексия (занятие 12)					
12	Итоговое занятие	1	Подвести итоги программы, провести контрольную диагностику, рефлексию	Повторная диагностика (по основным методикам). Рефлексия «Что я узнал?». Создание «Карты моей жизни».	Групповая, диагностическая, рефлексия

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: знакомство участников, создание доверительной атмосферы, начало диагностического этапа.

Задачи:

- познакомить участников между собой;
- установить правила работы в группе;
- провести первичную диагностику (анкета «Моё настроение и мысли», тест «Кто я?»);
- создать атмосферу доверия и безопасности.

Оборудование: бланки анкет, карточки с именами, доска/флипчарт, маркеры.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Психолог представляется, кратко рассказывает о целях и задачах программы. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Упражнение «Комплимент» – участники по кругу говорят друг другу комплименты (адаптировано с использованием жестов и карточек). 2. Правила работы в группе – участники совместно с психологом формулируют правила. 3. Анкета «Моё настроение и мысли» – участники заполняют анкету с помощью психолога (адаптированный вариант с использованием карточек и наглядных опор). 4. Тест «Кто я?» – участники дают 10 ответов на вопрос «Кто я?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я ожидаю от занятий?». Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: оценка уровня жизнестойкости, осмысленности жизни, самооценки.

Задачи:

- провести тест жизнестойкости;
- провести методику «Смысложизненные ориентации»;
- провести методику «Самооценка»;
- завершить диагностический этап.

Оборудование: бланки методик, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Тест жизнестойкости – оценка уровня вовлечённости, контроля, принятия риска (адаптированный вариант) -8. 2. Методика «Смысложизненные ориентации» – оценка целей в жизни, интереса к жизни, удовлетворённости -4. 3. Методика «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) – оценка себя по шкалам. 4. Обсуждение целей программы – «Что такое жизнестойкость?», «Зачем нам это знать?», «Что мы будем делать?».
Заключительная часть	Настрой на работу. Прощание.

Занятие № 3. Жизнь — это ценность

Цель: формировать ценностное отношение к жизни, позитивное отношение к себе.

Задачи:

- актуализировать представления о ценности жизни;
- формировать позитивное отношение к себе;
- развивать умение выделять свои ценности.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, журналы для коллажа, клей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Ритуал приветствия – каждый участник называет своё имя и показывает жест-символ себя.
Основная часть	1. Упражнение «Что для меня важно в жизни?» – участники называют то, что для них важно. 2. Работа с карточками «Ценности» – распределение ценностей по степени важности. 3. Создание коллажа «Мои ценности» – участники создают коллаж из вырезок, отражающих их ценности.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я узнал о своих ценностях?». Прощание.

Занятие № 4. Что такое жизнестойкость?

Цель: познакомить с понятием жизнестойкости и её компонентами.

Задачи:

- познакомить с понятием «жизнестойкость»;
- объяснить три компонента жизнестойкости;
- помочь осознать свои способы совладания с трудностями.

Оборудование: презентация, карточки с компонентами жизнестойкости.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Мини-лекция «Три кита жизнестойкости» – вовлечённость, контроль, принятие риска -8. 2. Упражнение «Как я справляюсь с трудностями» – участники описывают свой способ преодоления трудностей. 3. Обсуждение – «Что помогает мне быть сильным?».

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я узнал о жизнестойкости?». Прощание.

Занятие № 5. Я и моя жизнь

Цель: развивать вовлечённость в отношения с окружающими.

Задачи:

- развивать социальные связи и вовлечённость;
- формировать чувство принадлежности к группе;
- осознать свою значимость для других.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Разминка «Поменяйтесь местами те, кто…».
Основная часть	1. Упражнение «Кто меня поддерживает?» – участники рисуют «круг поддержки» и обсуждают. 2. Игра «Я — часть коллектива» – выполнение общего задания. 3. Рисунок «Я и мой мир» – участники рисуют себя в окружении значимых людей.
Заключительная часть	Рефлексия – «Кто меня поддерживает в жизни?». Прощание.

Занятие № 6. Я управляю своей жизнью

Цель: развивать чувство контроля над своей жизнью и ответственности.

Задачи:

- развивать чувство ответственности за свои решения;
- учить принимать решения в различных ситуациях;
- осознать, что многое зависит от самого человека.

Оборудование: карточки с ситуациями выбора, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Что я могу изменить?» – участники

Этап	Содержание
	делят жизненные ситуации на те, что можно изменить, и те, что нельзя. 2. Работа с ситуациями выбора – участники выбирают решение в предложенных ситуациях и обсуждают последствия. 3. Обсуждение – «От чего зависит моя жизнь?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я могу изменить в своей жизни?». Прощание.

Занятие № 7. Мои цели и будущее

Цель: формировать позитивный образ будущего, развивать целеполагание.

Задачи:

- помогать ставить цели на ближайшее будущее;
- формировать позитивный образ будущего;
- развивать осмысленность жизни.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки для упражнения.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Разминка «Мои желания» – участники называют свои желания.
Основная часть	1. Упражнение «Мои цели на год» – участники записывают 3–5 целей на ближайший год. 2. Создание «Карты будущего» – участники рисуют, каким видят своё будущее. 3. Обсуждение – «Что мне поможет достичь целей?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Какая цель для меня самая важная?». Прощание.

Занятие № 8. Трудности как возможности

Цель: развивать принятие риска и готовность справляться с трудностями.

Задачи:

- изменять отношение к трудностям как к возможностям роста;
- развивать готовность пробовать новое;
- формировать позитивное мышление.

Оборудование: карточки с ситуациями, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Превращаем трудности в возможности» – участники преобразуют негативные ситуации в позитивные. 2. Разбор ситуаций – участники анализируют трудные ситуации и находят возможности для роста. 3. Обсуждение – «Как трудности помогают нам становиться сильнее?».
Заключительная часть	Рефлексия – «Какую трудность я могу превратить в возможность?». Прощание.

Занятие № 9. Мои сильные стороны

Цель: развивать позитивную Я-концепцию, повышать самооценку.

Задачи:

- актуализировать сильные стороны;
- формировать позитивное отношение к себе;
- повышать самооценку.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Разминка «Я умею» – участники называют то, что они умеют делать хорошо.
Основная часть	1. Упражнение «Мои сильные стороны» – участники записывают свои сильные стороны и делятся в группе. 2. Игра «Я могу» – участники по очереди говорят «Я могу…» и показывают действие. 3. Создание «Дерева моих достижений» – участники рисуют дерево и записывают свои достижения.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что я люблю в себе?». Прощание.

Занятие № 10. Как справляться с трудностями

Цель: формировать конструктивные стратегии совладания со стрессом.

Задачи:

- научить различать конструктивные и деструктивные способы совладания;
- отрабатывать навыки решения проблем;

- осваивать техники саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, коврики для релаксации, музыка.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Разбор ситуаций – анализ способов совладания с трудностями. 2. Упражнение «Проблема и решение» – поиск конструктивных решений. 3. Дыхательные техники и релаксация – обучение способам снятия напряжения.
Заключительная часть	Рефлексия – «Что помогает мне справляться с трудностями?». Прощание.

Занятие № 11. Я не один

Цель: развивать навыки обращения за помощью, формировать доверительные отношения.

Задачи:

- формировать доверие к окружающим;
- развивать навыки обращения за помощью;
- осознать, что человек не один в своих трудностях.

Оборудование: карточки с ситуациями, карточки для игры.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Кто может мне помочь?» – участники составляют список людей, к которым можно обратиться за помощью. 2. Игра «Мой круг поддержки» – участники создают круг поддержки на листе. 3. Ролевая игра «Как попросить о помощи» – отработка навыков обращения за помощью.
Заключительная часть	Рефлексия – «К кому я могу обратиться за помощью?». Прощание.

Занятие № 12. Итоговое занятие

Цель: подвести итоги программы, провести контрольную диагностику, рефлексию.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать «Карту моей жизни».

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши, ватман.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (Тест жизнестойкости, Анкета «Моё настроение и мысли», Тест «Кто я?»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в моём отношении к жизни?», «Что я узнал о себе?». 3. Создание «Карты моей жизни» – участники создают карту своей жизни с указанием важных событий, ценностей, целей. 4. Рефлексия «Что я узнал?» – участники рассказывают, что запомнилось, что пригодится в жизни.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Дом, где меня ждут»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 1–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 286);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего и основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего и основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Письма Минпросвещения России от 13.12.2022 № 07-8351 «О направлении методических материалов» (Навигатор профилактики).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 1–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2), склонным к самовольным уходам из дома и образовательного учреждения, а также находящимся в группе риска по данному поведению.

Формат работы — **индивидуальный**, 1 раз в неделю по 30–40 минут (с учётом возраста). Программа реализуется **совместно с социальным педагогом**: психолог работает с эмоционально-личностной сферой ребёнка, социальный педагог — с социальными связями, семьёй и правовым просвещением.

Обучающиеся с нарушениями слуха находятся в зоне повышенного риска самовольных уходов в силу ряда факторов:

- ограниченные возможности коммуникации, трудности выражения своих потребностей и переживаний;
- непонимание последствий своих действий;
- нарушение привязанности и доверия к взрослым;
- трудности адаптации в семье и школе;
- склонность к импульсивным реакциям;
- опыт травматических ситуаций (в том числе связанных с участием родителей в СВО);
- желание привлечь внимание значимых взрослых.

Актуальность программы

Самовольные уходы из дома и образовательного учреждения являются одной из наиболее острых проблем современного детства. Для обучающихся с нарушениями слуха эта проблема приобретает особую остроту: ограниченная коммуникация, трудности понимания социальных норм и последствий своих поступков, недостаточная сформированность привязанности и доверия к взрослым делают их особенно уязвимыми.

Своевременная профилактическая работа, направленная на формирование ответственного и безопасного поведения, развитие привязанности и доверия к значимым взрослым, позволяет предотвратить самовольные уходы и их тяжёлые последствия.

Программа направлена на профилактику самовольных уходов через развитие эмоционально-личностной сферы, формирование навыков безопасного поведения и укрепление доверительных отношений со значимыми взрослыми.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, видеоматериалы, социальные истории);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, моделирование ситуаций, ролевые игры;
- **Принцип индивидуального подхода** – учёт индивидуальных особенностей, уровня развития и актуальных трудностей каждого ребёнка;
- **Принцип безопасности** – создание безопасной, доверительной атмосферы на занятиях.

Цель программы

Профилактика самовольных уходов из дома и образовательного учреждения, формирование ответственного и безопасного поведения, развитие привязанности и доверия к значимым взрослым у обучающихся 1–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Формирование понимания последствий самовольных уходов (опасность, страх близких, нарушение правил).

2. Развитие навыков безопасного поведения (что делать, если потерялся, к кому обратиться).
3. Формирование навыков выражения своих потребностей и переживаний доступными способами.
4. Развитие привязанности и доверия к значимым взрослым (родителям, педагогам).
5. Формирование ответственного поведения и навыков саморегуляции.
6. Развитие коммуникативных навыков и навыков решения проблем.
7. Укрепление семейных связей и позитивного образа семьи.

Планируемые результаты

- Понимание последствий самовольных уходов.
- Знание правил безопасного поведения.
- Умение выражать свои потребности и переживания.
- Укрепление доверия к значимым взрослым.
- Формирование ответственного поведения.
- Развитие навыков саморегуляции.
- Снижение риска самовольных уходов.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 30 минут).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- беседа;
- социальные истории;
- ролевые игры;
- моделирование ситуаций;
- арт-терапевтические техники (рисование, лепка);
- песочная терапия;
- работа с пиктограммами;
- релаксационные упражнения.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете. Программа реализуется **совместно с социальным педагогом**, который обеспечивает:

- работу с семьёй (консультирование, информирование);
- правовое просвещение;
- взаимодействие с органами системы профилактики;
- сопровождение ребёнка в социальной среде.

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках / С. Д. Забрамная, О. В. Боровик. — Москва : Новая школа, 2000.

3. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
4. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
5. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.
6. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
7. Панфилова, М. А. Игротерапия общения : Тесты и коррекционные игры / М. А. Панфилова. — Москва : ГНОМ и Д, 2000.
8. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
9. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
10. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
11. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
12. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
13. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
14. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Склонность к уходам	Анкета «Почему я ухожу из дома?»	Адаптированный вариант	Выявление причин самовольных уходов, мотивов поведения
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня тревожности
Привязанность	Рисунок «Моя семья»	Классическая проективная методика	Оценка восприятия семьи, эмоциональных связей

Сфера	Методика	Источник	Цель
Самооценка	Методика «Лесенка» / «Самооценка» Дембо-Рубинштейн	В.Г. Щур / А.М. Прихожан	Оценка уровня самооценки
Безопасное поведение	Беседа «Что делать, если потерялся?»	Адаптированная беседа	Оценка знаний правил безопасного поведения
Наблюдение	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка поведенческих реакций, саморегуляции

Тематический план (22 занятия)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы, первичная диагностика эмоционального состояния, самооценки, привязанности	Приветствие. Беседа «Что тебя беспокоит?». Анкета «Почему я ухожу из дома?». Цветовой тест Люшера. Рисунок «Моя семья».	Индивидуальная, диагностическая, беседа, арт-терапия
2	Диагностика (завершение)	1	Завершение диагностического этапа: оценка знаний правил безопасного поведения, поведенческих реакций, уровня саморегуляции	Беседа «Что делать, если потерялся?». Методика «Лесенка» / «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн). Наблюдение в процессе игровой ситуации.	Индивидуальная, диагностическая, беседа, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–22)					
БЛОК 1. Я И МОИ ЧУВСТВА (занятия 3–7)					
3	Знакомство и настрой	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы	Приветствие. Беседа «Что тебя беспокоит?». Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, беседа, арт-терапия
4	Где живёт тревога?	1	Снижение тревожности, работа с телесными зажимами	Упражнение «Покажи, где живёт тревога». Рисование «Моя тревога». Релаксация.	Индивидуальная, арт-терапия, релаксация
5	Эмоции в	1	Учить различать эмоции	Работа с карточками	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	цвете		через цвет	эмоций. Рисование настроения.	арт-терапия
6	Мой личный светофор	1	Учить замечать, когда злишься или боишься	Игра «Светофор эмоций». Упражнение «Стоп».	Индивидуальная, игровая, упражнение
7	Остров безопасности	1	Создание ресурсного безопасного места	Рисование «Остров безопасности». Работа с песком.	Индивидуальная, песочная терапия, арт-терапия
БЛОК 2. ПОЧЕМУ Я УХОЖУ? (занятия 8–12)					
8	Почему уходят дети?	1	Осознание причин самовольных уходов	Беседа «Почему я ухожу?». Работа с карточками причин.	Индивидуальная, беседа, работа с карточками
9	Что я чувствую, когда ухожу	1	Осознание чувств, связанных с уходом	Рисование «Что я чувствую, когда ухожу». Обсуждение.	Индивидуальная, арт-терапия, беседа
10	Что чувствуют близкие	1	Развитие эмпатии к близким	Беседа «Что чувствует мама, когда я ухожу?». Рисунок «Мама ждёт».	Индивидуальная, беседа, арт-терапия
11	Опасности на улице	1	Формирование понимания опасностей	Социальная история «Опасности на улице». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
12	Последствия уходов	1	Формирование понимания последствий	Беседа «Что может случиться?». Рисунок «Последствия ухода».	Индивидуальная, беседа, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
БЛОК 3. БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (занятия 13–17)					
13	Что делать, если потерялся?	1	Обучение правилам безопасного поведения	Социальная история «Что делать, если потерялся». Ролевая игра.	Индивидуальная, социальная история, ролевая игра
14	К кому обратиться?	1	Формирование навыков обращения за помощью	Работа с карточками «Кто может помочь?». Ролевая игра.	Индивидуальная, работа с карточками, ролевая игра
15	Мой безопасный маршрут	1	Формирование навыков безопасного маршрута	Составление безопасного маршрута «Дом-школа-дом».	Индивидуальная, практическая работа
16	Правила поведения в школе	1	Формирование понимания правил	Беседа «Правила в школе». Социальная история.	Индивидуальная, беседа, социальная история
17	Правила поведения дома	1	Формирование понимания правил	Беседа «Правила дома». Социальная история.	Индивидуальная, беседа, социальная история
БЛОК 4. ДОВЕРИЕ И ПРИВЯЗАННОСТЬ (занятия 18–20)					
18	Кому я доверяю?	1	Формирование доверия к значимым взрослым	Упражнение «Круг доверия». Рисунок «Люди, которым я доверяю».	Индивидуальная, упражнение, арт-терапия
19	Как сказать о своих чувствах	1	Развитие навыков выражения чувств	Ролевая игра «Как сказать о своих чувствах». Работа с пиктограммами.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с пиктограммами

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
20	Как попросить о помощи	1	Развитие навыков обращения за помощью	Ролевая игра «Как попросить о помощи». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
БЛОК 5. Я И МОЯ СЕМЬЯ (занятия 21–22)					
21	Мой дом — моя крепость	1	Укрепление позитивного образа дома	Рисунок «Мой дом». Беседа «Что для меня дом?».	Индивидуальная, арт-терапия, беседа
22	Итоговое занятие	1	Подведение итогов, рефлексия	Повторная диагностика. Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мой безопасный мир».	Индивидуальная, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы, первичная диагностика эмоционального состояния, самооценки, привязанности.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- провести первичную диагностику (анкета «Почему я ухожу из дома?», цветовой тест Люшера, рисунок «Моя семья»);
- создать безопасную, располагающую атмосферу.

Оборудование: бланки анкет, цветовой тест Люшера, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта. Объяснение целей занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Беседа «Что тебя беспокоит?» – ребёнок рассказывает о своих переживаниях (с помощью жестов, карточек). 2. Анкета «Почему я ухожу из дома?» – заполнение анкеты с помощью психолога. 3. Цветовой тест Люшера – выбор цветов по степени привлекательности. 4. Рисунок «Моя семья» – оценка восприятия семейных отношений.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: завершение диагностического этапа: оценка знаний правил безопасного поведения, поведенческих реакций, уровня саморегуляции.

Задачи:

- провести беседу «Что делать, если потерялся?»;
- провести методику «Лесенка» / «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн);
- провести наблюдение в процессе игровой ситуации;
- завершить диагностический этап.

Оборудование: бланки методик, карточки с ситуациями, игровой материал.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. Беседа «Что делать, если потерялся?» – оценка знаний правил безопасного поведения. 2. Методика «Лесенка» / «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн) – оценка уровня самооценки. 3. Наблюдение в процессе игровой ситуации – моделирование ситуации ухода и возвращения, оценка поведенческих реакций и саморегуляции.
Заключительная часть	Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Знакомство и настрой

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- создать безопасную, располагающую атмосферу;
- провести первичную диагностику.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с эмоциями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта. Объяснение целей занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры.
Основная часть	1. Беседа «Что тебя беспокоит?» – ребёнок рассказывает о своих переживаниях (с помощью жестов, карточек). 2. Рисунок «Моё настроение» – ребёнок рисует своё настроение. 3. Обсуждение рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Где живёт тревога?

Цель: снижение тревожности, работа с телесными зажимами.

Задачи:

- помочь осознать телесные проявления тревоги;
- снизить уровень тревожности;
- развивать навыки релаксации.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, коврик для релаксации, музыка.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Покажи, где живёт тревога» – ребёнок показывает на себе, где чувствует тревогу. 2. Дыхательные упражнения – «Вдох-выдох». 3. Рисование «Моя тревога». 4. Релаксация под музыку.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Эмоции в цвете

Цель: учить различать эмоции через цвет.

Задачи:

- познакомить с пиктограммами эмоций;
- учить соотносить эмоцию с цветом;
- развивать эмоциональную сферу.

Оборудование: пиктограммы эмоций, цветные карточки, бумага, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию».
Основная часть	1. Знакомство с пиктограммами – радость, грусть, страх, гнев. 2. Игра «Подбери цвет» – ребёнок подбирает цвет к эмоции. 3. Рисование настроения.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Мой личный светофор

Цель: учить замечать, когда злишься или боишься.

Задачи:

- развивать навык самонаблюдения;
- учить распознавать сигналы своего тела;
- формировать элементарные навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки светофора, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Светофор».
Основная часть	1. Игра «Светофор эмоций» – красный – злюсь, жёлтый – боюсь, зелёный – спокоен. 2. Упражнение «Стоп» – по сигналу «Стоп» ребёнок останавливается и показывает эмоцию. 3. Обсуждение – «Когда ты злишься?», «Когда ты боишься?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Остров безопасности

Цель: создание ресурсного безопасного места.

Задачи:

- создать образ безопасного места;
- снизить уровень тревожности;
- развивать воображение.

Оборудование: песочный стол, фигурки, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование «Остров безопасности» – ребёнок рисует место, где ему хорошо и спокойно. 2. Работа с песком – ребёнок строит остров в песке. 3. Обсуждение – «Что есть на твоём острове?», «Кто там живёт?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Почему уходят дети?

Цель: осознание причин самовольных уходов.

Задачи:

- помочь осознать причины уходов;
- развивать навыки самоанализа;
- формировать понимание мотивов поведения.

Оборудование: карточки с причинами уходов, доска/флипчарт.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Почему я ухожу?» – ребёнок рассказывает о причинах уходов. 2. Работа с карточками причин – ребёнок выбирает подходящие причины (обида, страх, желание внимания, скука). 3. Обсуждение – «Что можно сделать вместо ухода?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Что я чувствую, когда ухожу

Цель: осознание чувств, связанных с уходом.

Задачи:

- помочь осознать чувства, связанные с уходом;
- развивать навыки выражения чувств;
- формировать понимание последствий.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, пиктограммы эмоций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисование «Что я чувствую, когда ухожу» – ребёнок рисует свои чувства. 2. Обсуждение – «Что ты чувствуешь?», «Что ты хочешь на самом деле?». 3. Поиск альтернатив – «Что можно сделать, чтобы получить то, что хочешь?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Что чувствуют близкие

Цель: развитие эмпатии к близким.

Задачи:

- развивать эмпатию к близким;
- формировать понимание чувств родителей;

- укреплять семейные связи.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, картинки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Что чувствует мама, когда я ухожу?» – обсуждение чувств родителей (страх, тревога, обида). 2. Рисунок «Мама ждёт» – ребёнок рисует маму, которая ждёт. 3. Обсуждение – «Что можно сделать, чтобы мама не волновалась?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Опасности на улице

Цель: формирование понимания опасностей.

Задачи:

- формировать понимание опасностей на улице;
- развивать навыки безопасного поведения;
- формировать ответственное поведение.

Оборудование: карточки с опасными ситуациями, социальная история.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Опасности на улице» – обсуждение опасных ситуаций (незнакомцы, транспорт, погода, голод). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает опасные ситуации. 3. Обсуждение – «Что делать, чтобы избежать опасности?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Последствия уходов

Цель: формирование понимания последствий.

Задачи:

- формировать понимание последствий уходов;
- развивать ответственное поведение;
- формировать навыки прогнозирования.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карточки с последствиями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Что может случиться?» – обсуждение последствий уходов (опасность, наказание, потеря доверия). 2. Рисунок «Последствия ухода» – ребёнок рисует, что может произойти. 3. Обсуждение – «Что можно сделать, чтобы избежать плохих последствий?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Что делать, если потерялся?

Цель: обучение правилам безопасного поведения.

Задачи:

- познакомить с правилами поведения, если потерялся;
- развивать навыки безопасного поведения;
- формировать уверенное поведение.

Оборудование: социальная история, карточки с правилами.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Что делать, если потерялся» – обсуждение правил (оставаться на месте, обратиться к полицейскому, позвонить родителям). 2. Ролевая игра – ребёнок проигрывает ситуацию «Я потерялся». 3. Обсуждение – «Кому можно обратиться за помощью?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. К кому обратиться?

Цель: формирование навыков обращения за помощью.

Задачи:

- формировать навыки обращения за помощью;
- развивать коммуникативные навыки;
- формировать понимание безопасных взрослых.

Оборудование: карточки «Кто может помочь?», ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с карточками «Кто может помочь?» – ребёнок выбирает безопасных взрослых (полицейский, продавец, мама, учитель). 2. Ролевая игра «Как попросить о помощи». 3. Обсуждение – «К кому нельзя обращаться?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Мой безопасный маршрут

Цель: формирование навыков безопасного маршрута.

Задачи:

- формировать навыки безопасного маршрута;
- развивать навыки планирования;
- формировать ответственное поведение.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, карта района (схема).

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Составление безопасного маршрута «Дом-школа-дом» – ребёнок рисует свой маршрут. 2. Обсуждение – «Какие места опасны?», «Где можно переходить дорогу?». 3. Повторение правил дорожного движения.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Правила поведения в школе

Цель: формирование понимания правил.

Задачи:

- формировать понимание правил поведения в школе;
- развивать ответственное поведение;
- формировать навыки соблюдения правил.

Оборудование: социальная история, карточки с правилами.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Правила в школе» – обсуждение правил поведения. 2. Социальная история «Что будет, если я уйду из школы?». 3. Обсуждение – «Почему важно соблюдать правила?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Правила поведения дома

Цель: формирование понимания правил.

Задачи:

- формировать понимание правил поведения дома;
- развивать ответственное поведение;
- укреплять семейные связи.

Оборудование: социальная история, карточки с правилами.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Правила дома» – обсуждение правил поведения дома. 2. Социальная история «Что будет, если я уйду из дома?». 3. Обсуждение – «Почему важно соблюдать правила дома?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Кому я доверяю?

Цель: формирование доверия к значимым взрослым.

Задачи:

- формировать доверие к значимым взрослым;
- развивать навыки самоанализа;
- укреплять социальные связи.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Круг доверия» – ребёнок рисует круг и размещает в нём людей, которым доверяет. 2. Обсуждение – «Кто эти люди?», «Почему ты им доверяешь?». 3. Рисунок «Люди, которым я доверяю».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Как сказать о своих чувствах

Цель: развитие навыков выражения чувств.

Задачи:

- развивать навыки выражения чувств;
- формировать умение говорить о своих потребностях;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: пиктограммы эмоций, карточки с фразами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с пиктограммами – ребёнок показывает, что он чувствует. 2. Ролевая игра «Как сказать о своих чувствах» – ребёнок тренируется говорить о своих переживаниях. 3. Обсуждение – «Почему важно говорить о своих чувствах?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Как попросить о помощи

Цель: развитие навыков обращения за помощью.

Задачи:

- развивать навыки обращения за помощью;
- формировать доверие к взрослым;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как попросить о помощи» – ребёнок тренируется обращаться за помощью к взрослым. 2. Работа с карточками – «К кому можно обратиться?». 3. Обсуждение – «Почему важно просить о помощи?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 21. Мой дом — моя крепость

Цель: укрепление позитивного образа дома.

Задачи:

- укреплять позитивный образ дома;
- формировать чувство безопасности;
- развивать творческие способности.

Оборудование: бумага, цветные карандаши, краски.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Рисунок «Мой дом» – ребёнок рисует свой дом. 2. Беседа «Что для меня дом?» – обсуждение того, что значит дом для ребёнка. 3. Обсуждение – «Что можно сделать, чтобы дома было хорошо?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 22. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (анкета «Почему я ухожу из дома?», цветовой тест Люшера, методика «Лесенка»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в твоём поведении?», «Что ты узнал о себе?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – ребёнок рассказывает, что запомнилось, что пригодится в жизни. 4. Рисунок «Мой безопасный мир» – ребёнок рисует свой безопасный мир.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Мои границы»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 1–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 286);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего и основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего и основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Письма Минпросвещения России от 13.12.2022 № 07-8351 «О направлении методических материалов» (Навигатор профилактики).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 1–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 7–17 лет. Формат работы — **индивидуальный**, 1 раз в неделю по 25–40 минут (с учётом возраста). Программа реализуется **совместно с социальным педагогом**: психолог работает с эмоционально-личностной сферой, социальный педагог — с правовым просвещением, работой с семьёй и взаимодействием с органами системы профилактики.

Обучающиеся с нарушениями слуха находятся в зоне повышенного риска нарушений половой неприкосновенности в силу ряда факторов:

- ограниченные возможности коммуникации, трудности сообщения о произошедшем;
- непонимание социальных норм и границ;
- недостаточная информированность о правилах безопасности;
- доверчивость, внушаемость;
- трудности распознавания опасных ситуаций;
- отсутствие навыков защиты своих границ.

Программа адаптируется по возрасту:

- **для 1–4 классов** — преобладают игровые, наглядные методы, социальные истории, работа с пиктограммами;
- **для 5–9 классов** — преобладают дискуссионные методы, ролевые игры, кейс-метод, элементы тренинга.

Актуальность программы

Профилактика нарушений половой неприкосновенности является одной из наиболее острых и актуальных задач современного образования. Для обучающихся с нарушениями слуха эта проблема приобретает особую остроту: ограниченная коммуникация, трудности понимания социальных норм, недостаточная информированность о правилах безопасности делают их особенно уязвимыми.

Своевременная профилактическая работа, направленная на формирование навыков безопасного поведения, информирование о личных границах и обучение правилам безопасности, позволяет предотвратить нарушения половой неприкосновенности и их тяжёлые последствия.

Программа направлена на профилактику нарушений половой неприкосновенности через формирование навыков безопасного поведения, информирование о личных границах и обучение правилам безопасности.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, социальные истории);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, моделирование ситуаций, ролевые игры;
- **Принцип возрастного соответствия** – учёт возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- **Принцип индивидуального подхода** – учёт индивидуальных особенностей, уровня развития и актуальных трудностей каждого ребёнка;
- **Принцип безопасности** – создание безопасной, доверительной атмосферы на занятиях;
- **Принцип деликатности** – использование корректных формулировок, соответствующих возрасту и уровню развития.

Цель программы

Профилактика нарушений половой неприкосновенности, формирование навыков безопасного поведения, информирование о личных границах, обучение правилам безопасности у обучающихся 1–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Формирование понимания личных границ (своих и чужих).
2. Информирование о правилах безопасного поведения.
3. Обучение распознаванию опасных ситуаций.
4. Формирование навыков защиты своих границ и отказа.
5. Обучение правилам обращения за помощью в опасных ситуациях.
6. Развитие навыков сообщения о произошедшем.
7. Формирование понимания «хороших» и «плохих» прикосновений.
8. Развитие уверенного поведения.
9. Формирование доверия к безопасным взрослым.

Планируемые результаты

- Понимание личных границ.
- Знание правил безопасного поведения.
- Умение распознавать опасные ситуации.
- Умение говорить «нет» и защищать свои границы.
- Знание, к кому обратиться за помощью.
- Умение сообщить о произошедшем.
- Формирование уверенного поведения.
- Доверие к безопасным взрослым.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **18 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 25–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–18** — коррекционно-развивающий блок (16 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- беседа;
- социальные истории;
- ролевые игры;
- моделирование ситуаций;
- работа с пиктограммами;
- арт-терапевтические техники (рисование);
- релаксационные упражнения;
- кейс-метод (для 5–9 классов).

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете. Программа реализуется **совместно с социальным педагогом**, который обеспечивает:

- правовое просвещение;
- работу с семьёй;

- взаимодействие с органами системы профилактики;
- сопровождение ребёнка в социальной среде.

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
3. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
4. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.
5. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
6. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
7. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
8. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
9. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
10. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
11. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Знание правил безопасности	Беседа «Что я знаю о безопасности?»	Адаптированная беседа	Оценка знаний о личных границах и правилах безопасности
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня

Сфера	Методика	Источник	Цель
			тревожности
Личные границы	Беседа «Моё личное пространство»	Адаптированная беседа	Оценка понимания личных границ
Самооценка	Методика «Лесенка» (1–4 кл.) / «Самооценка» Дембо-Рубинштейн (5–9 кл.)	В.Г. Щур / А.М. Прихожан	Оценка уровня самооценки, уверенности
Наблюдение	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка поведенческих реакций, саморегуляции

Тематический план (18 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы, первичная диагностика	Приветствие. Беседа «Что я знаю о безопасности?». Цветовой тест Люшера. Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, диагностическая, беседа, арт-терапия
2	Диагностика (завершение)	1	Завершение диагностического этапа: оценка понимания личных границ, самооценки, поведенческих реакций	Беседа «Моё личное пространство». Методика «Лесенка» / «Самооценка». Наблюдение в процессе игровой ситуации.	Индивидуальная, диагностическая, беседа, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–18)					
БЛОК 1. МОИ ГРАНИЦЫ (занятия 3–6)					
3	Что такое личные границы?	1	Формирование понимания личных границ	Беседа «Что такое личные границы?». Работа с карточками. Рисунок «Моё личное пространство».	Индивидуальная, беседа, работа с карточками, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
4	Моё тело — моё пространство	1	Формирование понимания телесных границ	Беседа «Моё тело — это моё». Работа с пиктограммами. Рисунок «Моё тело».	Индивидуальная, беседа, работа с пиктограммами, арт-терапия
5	Хорошие и плохие прикосновения	1	Учить различать хорошие и плохие прикосновения	Беседа «Какие прикосновения бывают?». Работа с карточками. Ролевая игра.	Индивидуальная, беседа, работа с карточками, ролевая игра
6	Мои правила безопасности	1	Формирование правил безопасности	Составление памятки «Мои правила безопасности». Работа с пиктограммами.	Индивидуальная, практическая работа, работа с пиктограммами
БЛОК 2. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ (занятия 7–10)					
7	Опасные незнакомцы	1	Учить распознавать опасных незнакомцев	Социальная история «Опасный незнакомец». Работа с карточками. Ролевая игра.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками, ролевая игра
8	Опасные ситуации на улице	1	Учить распознавать опасные ситуации на улице	Социальная история «Опасности на улице». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
9	Опасные ситуации в интернете	1	Учить распознавать опасные ситуации в интернете	Социальная история «Опасности в интернете». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
10	Опасные ситуации дома	1	Учить распознавать опасные ситуации дома	Социальная история «Опасности дома». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
БЛОК 3. НАВЫКИ ЗАЩИТЫ (занятия 11–14)					
11	Умение говорить «нет»	1	Развитие навыка отказа	Ролевая игра «Как сказать "нет"». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
12	Умение защитить себя	1	Развитие навыков самозащиты	Ролевая игра «Как защитить себя». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
13	Умение позвать на помощь	1	Развитие навыков обращения за помощью	Ролевая игра «Как позвать на помощь». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
14	Умение рассказать о произошедшем	1	Развитие навыков сообщения о произошедшем	Ролевая игра «Как рассказать о том, что случилось». Работа с	Индивидуальная, ролевая игра, работа с пиктограммами

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
				пиктограммами.	
БЛОК 4. ДОВЕРИЕ И ПОДДЕРЖКА (занятия 15–18)					
15	Кому я могу доверять?	1	Формирование доверия к значимым взрослым	Упражнение «Круг доверия». Рисунок «Люди, которым я доверяю».	Индивидуальная, упражнение, арт-терапия
16	Как попросить о помощи	1	Развитие навыков обращения за помощью	Ролевая игра «Как попросить о помощи». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
17	Мои безопасные взрослые	1	Формирование понимания безопасных взрослых	Работа с карточками «Кто может помочь?». Рисунок «Мои безопасные взрослые».	Индивидуальная, работа с карточками, арт-терапия
18	Итоговое занятие	1	Подведение итогов, рефлексия	Повторная диагностика. Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мой безопасный мир».	Индивидуальная, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы, первичная диагностика.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- провести первичную диагностику (беседа «Что я знаю о безопасности?», цветовой тест Люшера);
- создать безопасную, располагающую атмосферу.

Оборудование: бланки методик, цветовой тест Люшера, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта. Объяснение целей занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры. Адаптация речи с учётом возраста.
Основная часть	1. Беседа «Что я знаю о безопасности?» – оценка знаний о личных границах и правилах безопасности (с учётом возраста). 2. Цветовой тест Люшера – выбор цветов по степени привлекательности. 3. Рисунок «Моё настроение» – оценка эмоционального состояния.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: завершение диагностического этапа: оценка понимания личных границ, самооценки, поведенческих реакций.

Задачи:

- провести беседу «Моё личное пространство»;
- провести методику «Лесенка» (1–4 кл.) / «Самооценка» (5–9 кл.);
- провести наблюдение в процессе игровой ситуации;
- завершить диагностический этап.

Оборудование: бланки методик, карточки с ситуациями, игровой материал.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Беседа «Моё личное пространство» – оценка понимания личных границ. 2. Методика «Лесенка» (1–4 кл.) / «Самооценка» Дембо-Рубинштейн (5–9 кл.) – оценка уровня самооценки. 3. Наблюдение в процессе игровой ситуации – оценка поведенческих реакций и саморегуляции.
Заключительная часть	Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Что такое личные границы?

Цель: формирование понимания личных границ.

Задачи:

- познакомить с понятием «личные границы»;
- формировать понимание своих и чужих границ;
- развивать навыки уважения к границам других.

Оборудование: карточки с ситуациями, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Что такое личные границы?» – обсуждение понятия (с учётом возраста: для младших — через игру «Моё место», для старших — через дискуссию). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации, где границы нарушены. 3. Рисунок «Моё личное пространство» – ребёнок рисует своё пространство.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Моё тело — моё пространство

Цель: формирование понимания телесных границ.

Задачи:

- формировать понимание телесных границ;
- учить понимать, какие прикосновения допустимы;
- развивать навыки защиты телесных границ.

Оборудование: пиктограммы, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Моё тело — это моё» – обсуждение телесных границ. 2. Работа с пиктограммами – ребёнок показывает, какие прикосновения допустимы. 3. Рисунок «Моё тело» – ребёнок рисует своё тело и обозначает «личные зоны».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Хорошие и плохие прикосновения

Цель: учить различать хорошие и плохие прикосновения.

Задачи:

- учить различать хорошие и плохие прикосновения;
- формировать понимание личных границ;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Какие прикосновения бывают?» – обсуждение хороших и плохих прикосновений. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает хорошие и плохие прикосновения. 3. Ролевая игра – ребёнок тренируется говорить «нет» при плохих прикосновениях.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Мои правила безопасности

Цель: формирование правил безопасности.

Задачи:

- сформировать правила безопасности;
- развивать навыки безопасного поведения;
- формировать ответственное поведение.

Оборудование: пиктограммы, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Составление памятки «Мои правила безопасности» – ребёнок вместе с психологом формулирует правила. 2. Работа с пиктограммами – ребёнок выбирает правила. 3. Обсуждение – «Почему важно соблюдать правила?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Опасные незнакомцы

Цель: учить распознавать опасных незнакомцев.

Задачи:

- учить распознавать опасных незнакомцев;
- формировать правила общения с незнакомцами;
- развивать навыки безопасного поведения.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Опасный незнакомец» – обсуждение правил общения с незнакомцами. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает опасные ситуации. 3. Ролевая игра – ребёнок тренируется говорить «нет» незнакомцу.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Опасные ситуации на улице

Цель: учить распознавать опасные ситуации на улице.

Задачи:

- учить распознавать опасные ситуации на улице;
- формировать правила безопасного поведения на улице;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Опасности на улице» – обсуждение опасных ситуаций. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает опасные ситуации. 3. Обсуждение – «Что делать, чтобы избежать опасности?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Опасные ситуации в интернете

Цель: учить распознавать опасные ситуации в интернете.

Задачи:

- учить распознавать опасные ситуации в интернете;
- формировать правила безопасного поведения в сети;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Опасности в интернете» – обсуждение опасных ситуаций (незнакомцы в сети, просьбы о личных фото). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает опасные ситуации. 3. Обсуждение – «Что делать, чтобы избежать опасности в интернете?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Опасные ситуации дома

Цель: учить распознавать опасные ситуации дома.

Задачи:

- учить распознавать опасные ситуации дома;

- формировать правила безопасного поведения дома;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Опасности дома» – обсуждение опасных ситуаций (незнакомцы в доме, опасные прикосновения). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает опасные ситуации. 3. Обсуждение – «Что делать, чтобы избежать опасности дома?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Умение говорить «нет»

Цель: развитие навыка отказа.

Задачи:

- развивать навык отказа;
- формировать уверенное поведение;
- развивать навыки защиты своих границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как сказать "нет"» – ребёнок тренируется говорить «нет» в разных ситуациях. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации, где нужно сказать «нет». 3. Обсуждение – «Почему важно уметь говорить "нет"?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Умение защитить себя

Цель: развитие навыков самозащиты.

Задачи:

- развивать навыки самозащиты;
- формировать уверенное поведение;
- развивать навыки защиты своих границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как защитить себя» – ребёнок тренируется защищать себя в опасных ситуациях. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает способы защиты. 3. Обсуждение – «Как можно защитить себя?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Умение позвать на помощь

Цель: развитие навыков обращения за помощью.

Задачи:

- развивать навыки обращения за помощью;
- формировать понимание безопасных взрослых;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как позвать на помощь» – ребёнок тренируется звать на помощь. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает, к кому можно обратиться. 3. Обсуждение – «Почему важно звать на помощь?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Умение рассказать о произошедшем

Цель: развитие навыков сообщения о произошедшем.

Задачи:

- развивать навыки сообщения о произошедшем;
- формировать доверие к взрослым;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: пиктограммы, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как рассказать о том, что случилось» – ребёнок тренируется рассказывать о произошедшем. 2. Работа с пиктограммами – ребёнок показывает, что случилось. 3. Обсуждение – «Почему важно рассказать о том, что случилось?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Кому я могу доверять?

Цель: формирование доверия к значимым взрослым.

Задачи:

- формировать доверие к значимым взрослым;
- развивать навыки самоанализа;
- укреплять социальные связи.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Круг доверия» – ребёнок рисует круг и размещает в нём людей, которым доверяет. 2. Обсуждение – «Кто эти люди?», «Почему ты им доверяешь?». 3. Рисунок «Люди, которым я доверяю».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Как попросить о помощи

Цель: развитие навыков обращения за помощью.

Задачи:

- развивать навыки обращения за помощью;
- формировать доверие к взрослым;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как попросить о помощи» – ребёнок тренируется обращаться за помощью к взрослым. 2. Работа с карточками – «К кому можно обратиться?». 3. Обсуждение – «Почему важно просить о помощи?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Мои безопасные взрослые

Цель: формирование понимания безопасных взрослых.

Задачи:

- формировать понимание безопасных взрослых;
- развивать навыки обращения за помощью;
- укреплять доверие к взрослым.

Оборудование: карточки «Кто может помочь?», бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с карточками «Кто может помочь?» – ребёнок выбирает безопасных взрослых. 2. Рисунок «Мои безопасные взрослые» – ребёнок рисует людей, к которым может обратиться. 3. Обсуждение – «Почему эти люди безопасны?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Задачи:

- провести повторную диагностику;
- обсудить изменения;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (беседа «Что я знаю о безопасности?», цветовой тест Люшера, методика «Лесенка» / «Самооценка»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в твоём поведении?», «Что ты узнал о себе?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – ребёнок рассказывает, что запомнилось, что пригодится в жизни. 4. Рисунок «Мой безопасный мир» – ребёнок рисует свой безопасный мир.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуальных коррекционно-развивающих занятий педагога-психолога

«Мир без жестокости»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа индивидуальных коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающихся 1–9 классов МБОУ С(К)ШИ № 37 с нарушениями слуха (слабослышащие и глухие, варианты 1.2 и 2.2) в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями на 2026 год);
- Федерального закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 286);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897, с изменениями на 2025 год);
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего и основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего и основного общего образования для глухих обучающихся (вариант 1.2) и слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2);
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Письма Минпросвещения России от 13.12.2022 № 07-8351 «О направлении методических материалов» (Навигатор профилактики).

Целевая группа

Программа адресована обучающимся 1–9 классов **образовательной организации для обучающихся с нарушениями слуха** (глухие и слабослышащие, варианты 1.2 и 2.2). Возраст участников: 7–17 лет. Формат работы — **индивидуальный**, 1 раз в неделю по 25–40 минут (с учётом возраста). Программа реализуется **совместно с социальным педагогом**: психолог работает с эмоционально-личностной сферой, социальный педагог — с правовым просвещением, работой с семьёй и взаимодействием с органами системы профилактики.

Обучающиеся с нарушениями слуха находятся в зоне повышенного риска жестокого обращения в силу ряда факторов:

- ограниченные возможности коммуникации, трудности сообщения о произошедшем;
- непонимание социальных норм и границ;
- недостаточная информированность о правах и видах насилия;
- доверчивость, внушаемость;
- зависимость от взрослых;
- отсутствие навыков самозащиты и обращения за помощью.

Программа адаптируется по возрасту:

- **для 1–4 классов** — преобладают игровые, наглядные методы, социальные истории, работа с пиктограммами;
- **для 5–9 классов** — преобладают дискуссионные методы, ролевые игры, кейс-метод, элементы тренинга.

Актуальность программы

Профилактика жестокого обращения с детьми является одной из наиболее острых и актуальных задач современного образования. Для обучающихся с нарушениями слуха эта проблема приобретает особую остроту: ограниченная коммуникация, трудности понимания социальных норм, недостаточная информированность о правах и видах насилия делают их особенно уязвимыми.

Своевременная профилактическая работа, направленная на информирование о видах насилия, формирование навыков самозащиты и обращения за помощью, развитие доверия к взрослым, позволяет предотвратить жестокое обращение и его тяжёлые последствия.

Программа направлена на профилактику жестокого обращения через информирование о видах насилия, формирование навыков самозащиты и обращения за помощью, развитие доверия к взрослым.

В основе программы лежат следующие принципы:

- **Принцип доступности** – адаптация материала с учётом речевых и коммуникативных особенностей обучающихся (использование жестовой речи, наглядных опор, доступного лексического материала);
- **Принцип наглядности** – активное использование визуальных материалов (пиктограммы, схемы, социальные истории);
- **Принцип деятельностного подхода** – включение обучающихся в активную работу через игры, моделирование ситуаций, ролевые игры;
- **Принцип возрастного соответствия** – учёт возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- **Принцип индивидуального подхода** – учёт индивидуальных особенностей, уровня развития и актуальных трудностей каждого ребёнка;
- **Принцип безопасности** – создание безопасной, доверительной атмосферы на занятиях;
- **Принцип деликатности** – использование корректных формулировок, соответствующих возрасту и уровню развития.

Цель программы

Профилактика жестокого обращения с детьми, информирование о видах насилия, формирование навыков самозащиты и обращения за помощью, развитие доверия к взрослым у обучающихся 1–9 классов с нарушениями слуха.

Задачи программы

1. Информирование о видах насилия (физическое, эмоциональное, сексуальное, neglect).
2. Формирование понимания своих прав (право на защиту, право на безопасность).
3. Формирование навыков распознавания жестокого обращения.
4. Формирование навыков самозащиты и отказа.
5. Обучение правилам обращения за помощью.
6. Развитие навыков сообщения о произошедшем.
7. Развитие доверия к безопасным взрослым.
8. Развитие уверенного поведения и самоценности.

Планируемые результаты

- Понимание своих прав.
- Знание видов насилия и их признаков.
- Умение распознавать жестокое обращение.
- Умение говорить «нет» и защищать себя.
- Знание, к кому обратиться за помощью.
- Умение сообщить о произошедшем.
- Формирование доверия к безопасным взрослым.
- Формирование уверенного поведения и самоценности.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **20 занятий** (индивидуально, 1 раз в неделю по 25–40 минут).

- **Занятия 1–2** — диагностический блок.
- **Занятия 3–20** — коррекционно-развивающий блок (18 занятий).

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- беседа;
- социальные истории;
- ролевые игры;
- моделирование ситуаций;
- работа с пиктограммами;
- арт-терапевтические техники (рисование);
- релаксационные упражнения;
- кейс-метод (для 5–9 классов).

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете. Программа реализуется **совместно с социальным педагогом**, который обеспечивает:

- правовое просвещение;
- работу с семьёй;

- взаимодействие с органами системы профилактики;
- сопровождение ребёнка в социальной среде.

Актуализированный список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — Москва : Юрайт, 2023.
2. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Л. А. Нисневич. — Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
3. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е. К. Лютова, Г. Б. Монина. — Санкт-Петербург : Речь, 2000.
4. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. — Санкт-Петербург : Речь, 2005.
5. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха / И. А. Михаленкова. — Санкт-Петербург : Каро, 1999.
6. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2024.
7. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2025.
8. Ткачева, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии : учебное пособие / В. В. Ткачева. — Москва : АСТ ; Астрель, 2007.
9. Фурманов, И. А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И. А. Фурманов. — Санкт-Петербург : Речь, 2007.
10. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. — 7-е изд. — Москва : Генезис, 2025.
11. Хухлаева, О. В. Психология подростка : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Академия, 2005.
12. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. — Москва : Просвещение, 1990.
13. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха / Н. Д. Шматко, О. А. Красильникова. — Москва : Просвещение, 2023.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Знание о правах и насилии	Беседа «Что я знаю о своих правах?»	Адаптированная беседа	Оценка знаний о правах, видах насилия, способах защиты
Эмоциональное состояние	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния, уровня

Сфера	Методика	Источник	Цель
			тревожности
Безопасность	Беседа «Моё безопасное место»	Адаптированная беседа	Оценка понимания безопасных мест и людей
Самооценка	Методика «Лесенка» (1–4 кл.) / «Самооценка» Дембо-Рубинштейн (5–9 кл.)	В.Г. Щур / А.М. Прихожан	Оценка уровня самооценки, уверенности
Наблюдение	Наблюдение в процессе занятий	Адаптированная схема наблюдения	Оценка поведенческих реакций, саморегуляции, эмоционального состояния

Тематический план (20 занятий)

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–2)					
1	Диагностика и знакомство	1	Установление контакта, создание безопасной атмосферы, первичная диагностика	Приветствие. Беседа «Что я знаю о своих правах?». Цветовой тест Люшера. Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, диагностическая, беседа, арт-терапия
2	Диагностика (завершение)	1	Завершение диагностического этапа: оценка понимания безопасных мест, самооценки, поведенческих реакций	Беседа «Моё безопасное место». Методика «Лесенка» / «Самооценка». Наблюдение в процессе игровой ситуации.	Индивидуальная, диагностическая, беседа, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 3–20)					
БЛОК 1. МОИ ПРАВА И БЕЗОПАСНОСТЬ (занятия 3–6)					
3	Мои права	1	Информирование о правах ребёнка	Беседа «Мои права». Работа с карточками. Рисунок «Мои права».	Индивидуальная, беседа, работа с карточками, арт-терапия
4	Моё безопасное место	1	Формирование понимания безопасного места	Беседа «Где я в безопасности?». Работа с пиктограммами. Рисунок «Моё безопасное место».	Индивидуальная, беседа, работа с пиктограммами, арт-терапия
5	Мои безопасные взрослые	1	Формирование понимания безопасных взрослых	Работа с карточками «Кто может помочь?». Рисунок «Мои безопасные взрослые».	Индивидуальная, работа с карточками, арт-терапия

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
6	Мои правила безопасности	1	Формирование правил безопасности	Составление памятки «Мои правила безопасности». Работа с пиктограммами.	Индивидуальная, практическая работа, работа с пиктограммами
БЛОК 2. ЧТО ТАКОЕ ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ? (занятия 7–11)					
7	Что такое жестокое обращение?	1	Информирование о понятии «жестокое обращение»	Беседа «Что такое жестокое обращение?». Работа с карточками.	Индивидуальная, беседа, работа с карточками
8	Виды насилия: физическое	1	Информирование о физическом насилии	Социальная история «Физическое насилие». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
9	Виды насилия: эмоциональное	1	Информирование об эмоциональном насилии	Социальная история «Эмоциональное насилие». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
10	Виды насилия: сексуальное	1	Информирование о сексуальном насилии	Социальная история «Сексуальное насилие». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
11	Виды насилия: пренебрежение	1	Информирование о пренебрежении нуждами	Социальная история «Пренебрежение». Работа с карточками.	Индивидуальная, социальная история, работа с карточками
БЛОК 3. НАВЫКИ ЗАЩИТЫ (занятия 12–16)					

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
12	Как распознать опасность?	1	Формирование навыков распознавания опасности	Беседа «Как понять, что что-то не так?». Работа с карточками. Ролевая игра.	Индивидуальная, беседа, работа с карточками, ролевая игра
13	Умение говорить «нет»	1	Развитие навыка отказа	Ролевая игра «Как сказать "нет"». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
14	Умение защитить себя	1	Развитие навыков самозащиты	Ролевая игра «Как защитить себя». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
15	Умение позвать на помощь	1	Развитие навыков обращения за помощью	Ролевая игра «Как позвать на помощь». Работа с карточками.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с карточками
16	Умение рассказать о произошедшем	1	Развитие навыков сообщения о произошедшем	Ролевая игра «Как рассказать о том, что случилось». Работа с пиктограммами.	Индивидуальная, ролевая игра, работа с пиктограммами
БЛОК 4. ДОВЕРИЕ И ПОДДЕРЖКА (занятия 17–20)					
17	Кому я могу доверять?	1	Формирование доверия к значимым взрослым	Упражнение «Круг доверия». Рисунок «Люди, которым я доверяю».	Индивидуальная, упражнение, арт-терапия
18	Как попросить	1	Развитие навыков обращения за	Ролевая игра «Как попросить о	Индивидуальная,

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	о помощи		помощью	помощи». Работа с карточками.	ролевая игра, работа с карточками
19	Я имею право на защиту	1	Формирование понимания права на защиту	Беседа «Я имею право на защиту». Работа с карточками. Рисунок «Я под защитой».	Индивидуальная, беседа, работа с карточками, арт-терапия
20	Итоговое занятие	1	Подведение итогов, рефлексия	Повторная диагностика. Рефлексия «Что я узнал?». Рисунок «Мой безопасный мир».	Индивидуальная, диагностическая, рефлексия

Конспекты занятий

Занятие № 1. Диагностика и знакомство

Цель: установление контакта, создание безопасной атмосферы, первичная диагностика.

Задачи:

- установить доверительный контакт с ребёнком;
- провести первичную диагностику (беседа «Что я знаю о своих правах?», цветовой тест Люшера);
- создать безопасную, располагающую атмосферу.

Оборудование: бланки методик, цветовой тест Люшера, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Установление контакта. Объяснение целей занятий. Используется жестовая речь в сочетании с устной речью, наглядные опоры. Адаптация речи с учётом возраста.
Основная часть	1. Беседа «Что я знаю о своих правах?» – оценка знаний о правах, видах насилия, способах защиты (с учётом возраста). 2. Цветовой тест Люшера – выбор цветов по степени привлекательности. 3. Рисунок «Моё настроение» – оценка эмоционального состояния.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 2. Диагностика (завершение)

Цель: завершение диагностического этапа: оценка понимания безопасных мест, самооценки, поведенческих реакций.

Задачи:

- провести беседу «Моё безопасное место»;
- провести методику «Лесенка» (1–4 кл.) / «Самооценка» (5–9 кл.);
- провести наблюдение в процессе игровой ситуации;
- завершить диагностический этап.

Оборудование: бланки методик, карточки с ситуациями, игровой материал.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.

Этап	Содержание
Основная часть	1. Беседа «Моё безопасное место» – оценка понимания безопасных мест и людей. 2. Методика «Лесенка» (1–4 кл.) / «Самооценка» Дембо-Рубинштейн (5–9 кл.) – оценка уровня самооценки. 3. Наблюдение в процессе игровой ситуации – оценка поведенческих реакций и саморегуляции.
Заключительная часть	Настрой на дальнейшую работу. Прощание.

Занятие № 3. Мои права

Цель: информирование о правах ребёнка.

Задачи:

- познакомить с правами ребёнка;
- формировать понимание права на защиту и безопасность;
- развивать чувство собственного достоинства.

Оборудование: карточки с правами, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Мои права» – обсуждение прав ребёнка (право на жизнь, на защиту, на безопасность, на любовь). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает свои права. 3. Рисунок «Мои права» – ребёнок рисует своё право.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 4. Моё безопасное место

Цель: формирование понимания безопасного места.

Задачи:

- формировать понимание безопасного места;
- развивать чувство безопасности;
- развивать воображение.

Оборудование: пиктограммы, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Где я в безопасности?» – обсуждение безопасных мест (дом, школа, комната). 2. Работа с пиктограммами – ребёнок выбирает безопасные места. 3. Рисунок «Моё безопасное место».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 5. Мои безопасные взрослые

Цель: формирование понимания безопасных взрослых.

Задачи:

- формировать понимание безопасных взрослых;
- развивать навыки обращения за помощью;
- укреплять доверие к взрослым.

Оборудование: карточки «Кто может помочь?», бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Работа с карточками «Кто может помочь?» – ребёнок выбирает безопасных взрослых. 2. Рисунок «Мои безопасные взрослые» – ребёнок рисует людей, к которым может обратиться. 3. Обсуждение – «Почему эти люди безопасны?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 6. Мои правила безопасности

Цель: формирование правил безопасности.

Задачи:

- сформировать правила безопасности;
- развивать навыки безопасного поведения;
- формировать ответственное поведение.

Оборудование: пиктограммы, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Составление памятки «Мои правила безопасности» – ребёнок вместе с психологом формулирует правила. 2. Работа с пиктограммами – ребёнок выбирает правила. 3. Обсуждение – «Почему важно соблюдать правила?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 7. Что такое жестокое обращение?

Цель: информирование о понятии «жестокое обращение».

Задачи:

- познакомить с понятием «жестокое обращение»;
- формировать понимание того, что это недопустимо;
- развивать навыки распознавания.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Что такое жестокое обращение?» – обсуждение понятия (с учётом возраста). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации жестокого обращения. 3. Обсуждение – «Что делать, если это происходит?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 8. Виды насилия: физическое

Цель: информирование о физическом насилии.

Задачи:

- познакомить с физическим насилием;
- формировать понимание недопустимости физического насилия;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Физическое насилие» – обсуждение ситуаций. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации физического насилия. 3. Обсуждение – «Что делать, если тебя бьют?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 9. Виды насилия: эмоциональное

Цель: информирование об эмоциональном насилии.

Задачи:

- познакомить с эмоциональным насилием;
- формировать понимание недопустимости эмоционального насилия;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Эмоциональное насилие» – обсуждение ситуаций (крики, унижения, оскорбления). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации эмоционального насилия. 3. Обсуждение – «Что делать, если тебя унижают?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 10. Виды насилия: сексуальное

Цель: информирование о сексуальном насилии.

Задачи:

- познакомить с сексуальным насилием (в доступной форме, с учётом возраста);
- формировать понимание недопустимости сексуального насилия;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Сексуальное насилие» – обсуждение ситуаций (недопустимые прикосновения, просьбы о личных фото). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации сексуального насилия. 3. Обсуждение – «Что делать, если это происходит?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 11. Виды насилия: пренебрежение

Цель: информирование о пренебрежении нуждами.

Задачи:

- познакомить с пренебрежением нуждами;
- формировать понимание недопустимости пренебрежения;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: социальная история, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Социальная история «Пренебрежение» – обсуждение ситуаций (отсутствие еды, одежды, заботы). 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации пренебрежения. 3. Обсуждение – «Что делать, если тебе не хватает заботы?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 12. Как распознать опасность?

Цель: формирование навыков распознавания опасности.

Задачи:

- формировать навыки распознавания опасности;
- развивать интуицию и самонаблюдение;
- развивать навыки защиты.

Оборудование: карточки с ситуациями, пиктограммы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Как понять, что что-то не так?» – обсуждение признаков опасности. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает опасные ситуации. 3. Ролевая игра – ребёнок тренируется распознавать опасность.
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 13. Умение говорить «нет»

Цель: развитие навыка отказа.

Задачи:

- развивать навык отказа;
- формировать уверенное поведение;
- развивать навыки защиты своих границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как сказать "нет"» – ребёнок тренируется говорить «нет» в разных ситуациях. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает ситуации, где нужно сказать «нет». 3. Обсуждение – «Почему важно уметь говорить "нет"?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 14. Умение защитить себя

Цель: развитие навыков самозащиты.

Задачи:

- развивать навыки самозащиты;
- формировать уверенное поведение;

- развивать навыки защиты своих границ.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как защитить себя» – ребёнок тренируется защищать себя в опасных ситуациях. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает способы защиты. 3. Обсуждение – «Как можно защитить себя?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 15. Умение позвать на помощь

Цель: развитие навыков обращения за помощью.

Задачи:

- развивать навыки обращения за помощью;
- формировать понимание безопасных взрослых;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как позвать на помощь» – ребёнок тренируется звать на помощь. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает, к кому можно обратиться. 3. Обсуждение – «Почему важно звать на помощь?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 16. Умение рассказать о произошедшем

Цель: развитие навыков сообщения о произошедшем.

Задачи:

- развивать навыки сообщения о произошедшем;

- формировать доверие к взрослым;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: пиктограммы, ролевые ситуации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как рассказать о том, что случилось» – ребёнок тренируется рассказывать о произошедшем. 2. Работа с пиктограммами – ребёнок показывает, что случилось. 3. Обсуждение – «Почему важно рассказать о том, что случилось?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 17. Кому я могу доверять?

Цель: формирование доверия к значимым взрослым.

Задачи:

- формировать доверие к значимым взрослым;
- развивать навыки самоанализа;
- укреплять социальные связи.

Оборудование: бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Упражнение «Круг доверия» – ребёнок рисует круг и размещает в нём людей, которым доверяет. 2. Обсуждение – «Кто эти люди?», «Почему ты им доверяешь?». 3. Рисунок «Люди, которым я доверяю».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 18. Как попросить о помощи

Цель: развитие навыков обращения за помощью.

Задачи:

- развивать навыки обращения за помощью;
- формировать доверие к взрослым;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые ситуации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Ролевая игра «Как попросить о помощи» – ребёнок тренируется обращаться за помощью к взрослым. 2. Работа с карточками – «К кому можно обратиться?». 3. Обсуждение – «Почему важно просить о помощи?».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 19. Я имею право на защиту

Цель: формирование понимания права на защиту.

Задачи:

- формировать понимание права на защиту;
- развивать чувство собственного достоинства;
- укреплять уверенность в себе.

Оборудование: карточки с правами, бумага, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на работу.
Основная часть	1. Беседа «Я имею право на защиту» – обсуждение права на защиту. 2. Работа с карточками – ребёнок выбирает свои права. 3. Рисунок «Я под защитой».
Заключительная часть	Рефлексия. Прощание.

Занятие № 20. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Задачи:

- провести повторную диагностику;

- обсудить изменения;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: бланки диагностических методик, бумага, цветные карандаши.

Этап	**Содержание**
Организационный момент	Приветствие. Настрой на итоговую работу.
Основная часть	1. Повторная диагностика – по основным методикам (беседа «Что я знаю о своих правах?», цветовой тест Люшера, методика «Лесенка» / «Самооценка»). 2. Обсуждение изменений – «Что изменилось в твоём поведении?», «Что ты узнал о себе?». 3. Рефлексия «Что я узнал?» – ребёнок рассказывает, что запомнилось, что пригодится в жизни. 4. Рисунок «Мой безопасный мир» – ребёнок рисует свой безопасный мир.
Заключительная часть	Подведение итогов программы. Благодарность. Прощание.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ С(К)ШИ № 37
_____Зайцева И.А.
«____» _____2026г.

Программа

индивидуального психолого-педагогического сопровождения обучающегося

«Внутренний компас»

Разработана: Головко А.А.

МБОУ С(К)ШИ №37

г. Новосибирск

Пояснительная записка

Настоящая программа коррекционно-развивающих занятий разработана для обучающегося 6 «А» класса МБОУ С(К)ШИ № 37 в соответствии с актуальными требованиями законодательства Российской Федерации, федеральными государственными образовательными стандартами и современными подходами к организации психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

Программа носит **индивидуальный характер** и учитывает особые образовательные потребности, личностные особенности и **сложную социальную ситуацию развития** обучающегося.

Название программы — «Внутренний компас» — отражает основную цель работы: помочь подростку найти **внутренние ориентиры**, сформировать **внутреннюю опору**, научиться **ориентироваться в собственных эмоциях, желаниях и жизненных целях**, даже когда внешние ориентиры потеряны или нестабильны.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012, с изменениями на 2026 год);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (ФГОС ООО, с изменениями 2026 г.);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.06.2025 № 467 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598, с изменениями от 21.10.2025);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, с изменениями от 17.07.2024);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего образования»;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, с изменениями на 2026 год);
- Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года;
- Положения о психолого-педагогическом консилиуме МБОУ С(К)ШИ № 37;
- Учебно-методического пособия: Пискун О.Ю. «Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения» (НГПУ, 2005).

Целевая группа

Программа адресована обучающемуся 6 класса со сложной структурой дефекта, имеющему трудности в эмоционально-волевой, коммуникативной и регуляторной сферах, а также крайне неблагоприятную социальную ситуацию развития.

Обучающийся нуждается в комплексной поддержке, в фигуре важного взрослого, на которого можно положиться. Несмотря на подростковый возраст (13 лет), потребность в значимом взрослом, принятии, безусловной поддержке и эмоциональной стабильности остаётся крайне высокой.

Актуальность программы

Современные требования к образованию детей с ОВЗ ориентируют педагога-психолога на формирование жизненных компетенций, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию. Для данного обучающегося особенно важным является создание психологически безопасной среды, в которой он сможет:

- развивать навыки эмоциональной саморегуляции;
- формировать конструктивные способы общения;
- укреплять произвольную регуляцию поведения;
- развивать высшие психические функции (внимание, память, мышление, речь);
- адаптироваться к условиям школьной среды;
- получить опыт доверительных отношений со значимым взрослым;
- сформировать внутренние ориентиры и внутреннюю опору.

Программа учитывает индивидуальные особенности обучающегося, его эмоциональное состояние, поведенческие реакции и сложную социальную ситуацию развития.

Цель программы

Создание условий для коррекции и развития коммуникативной и эмоциональной сферы, высших психических функций, произвольной регуляции деятельности и поведения; работа с эмоциональным состоянием; коррекция и профилактика нежелательного поведения; помощь в адаптации к условиям школьной среды; восполнение дефицита доверительных отношений со значимым взрослым; формирование внутренних ориентиров и внутренней опоры.

Задачи программы

1. **Коррекция и развитие коммуникативной и эмоциональной сферы:**

    - формирование навыков конструктивного общения;
    - развитие умения понимать и выражать свои эмоции;
    - обучение способам эмоциональной саморегуляции;
    - развитие эмпатии и понимания чувств других людей;
    - формирование опыта доверительных отношений со взрослым.

2. **Коррекция и развитие высших психических функций:**

    - развитие внимания (концентрации, устойчивости, переключения);
    - развитие памяти (зрительной, слуховой, ассоциативной, смысловой);
    - развитие мышления (наглядно-образного, логического, критического);
    - развитие речи (связной, аргументированной).

3. **Развитие произвольной регуляции деятельности и поведения:**

    - формирование умения действовать по правилу и образцу;

- развитие самоконтроля и саморегуляции;
- обучение способам управления своим поведением.

4. **Работа с эмоциональным состоянием:**

   - снижение эмоционального напряжения;
   - обучение приёмам релаксации;
   - формирование позитивного эмоционального фона;
   - работа с чувствами обиды, гнева, разочарования.

5. **Коррекция и профилактика нежелательного поведения:**

   - обучение конструктивным способам выражения эмоций;
   - формирование навыков конструктивного разрешения конфликтов;
   - профилактика агрессивного и аутоагрессивного поведения;
   - формирование позитивных способов привлечения внимания.

6. **Помощь в адаптации к условиям школьной среды:**

   - создание психологически безопасной среды;
   - формирование навыков учебного сотрудничества;
   - поддержка в установлении контактов со сверстниками и взрослыми;
   - формирование опыта успешности.

7. **Восполнение дефицита доверительных отношений со значимым взрослым:**

   - формирование доверительных отношений с педагогом-психологом;
   - создание условий для переживания опыта принятия и поддержки;
   - формирование внутренней опоры и уверенности в себе.

8. **Формирование внутренних ориентиров и внутренней опоры:**

   - развитие самопознания и самооценки;
   - формирование жизненных целей и ценностей;
   - развитие умения принимать решения и делать выбор.

Планируемые результаты

В коммуникативной и эмоциональной сфере:

- умение понимать и выражать свои эмоции;
- навыки конструктивного общения;
- способность к эмоциональной саморегуляции;
- развитие эмпатии;
- опыт доверительных отношений со взрослым.

В познавательной сфере:

- развитие концентрации и устойчивости внимания;
- укрепление памяти;
- развитие мышления и речи.

В регуляторной сфере:

- умение действовать по правилу и образцу;
- навыки самоконтроля и саморегуляции;
- способность управлять своим поведением.

В личностной сфере:

- снижение эмоционального напряжения;
- формирование позитивного эмоционального фона;
- профилактика нежелательного поведения;
- успешная адаптация к условиям школьной среды;
- формирование внутренней опоры и уверенности в себе;
- наличие внутренних ориентиров и жизненных целей.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на **один учебный год** (сентябрь — май). Общая продолжительность — **34 занятия** (1 раз в неделю).

- **Занятия 1–4 — диагностический блок**:
  - Занятие 1 — первичная диагностика (индивидуальное обследование);
  - Занятие 2 — диагностика эмоционального состояния;
  - Занятие 3 — диагностика когнитивной сферы;
  - Занятие 4 — диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.
- **Занятия 5–34 — коррекционно-развивающие занятия** по тематическому плану (30 занятий).

Структура и содержание программы

Программа включает два этапа:

I этап — диагностический (занятия 1–4): сбор информации об уровне развития когнитивной, эмоционально-волевой, коммуникативной и регуляторной сфер обучающегося, наблюдение за адаптацией к учебной деятельности, диагностика эмоционального состояния.

II этап — коррекционно-развивающий (занятия 5–34): реализация содержательных разделов:

1. **Коррекция и развитие коммуникативной и эмоциональной сферы** (занятия 5–10).
2. **Коррекция и развитие высших психических функций** (занятия 11–18).
3. **Развитие произвольной регуляции деятельности и поведения** (занятия 19–24).
4. **Работа с эмоциональным состоянием. Коррекция и профилактика нежелательного поведения** (занятия 25–29).
5. **Помощь в адаптации к условиям школьной среды. Восполнение дефицита доверительных отношений со значимым взрослым. Формирование внутренних ориентиров** (занятия 30–34).

Каждое занятие строится с учётом принципов доступности, наглядности, деятельностного подхода, индивидуального и дифференцированного подхода.

Методы и формы работы

В программе используются следующие методы и формы:

- игровые упражнения (концентрация, переключение внимания);
- тренинговые упражнения (саморегуляция, стрессоустойчивость);

- арт-терапевтические техники (рисование, лепка, работа с песком);
- психогимнастика (этюды, мимические и пантомимические упражнения);
- ролевые игры (разрешение конфликтов, эмпатия);
- групповые дискуссии (анализ жизненных ситуаций, выбор решений);
- релаксационные упражнения (дыхательные, мышечные);
- диагностические методики (тесты, анкеты, наблюдение);
- работа с текстами, таблицами, схемами;
- беседы, направленные на формирование доверительных отношений.

Условия реализации

Занятия проводятся педагогом-психологом в специально оборудованном кабинете (сенсорной комнате, кабинете психологической разгрузки) с использованием необходимых материалов и оборудования.

Программа предполагает тесное взаимодействие с сурдопедагогом, учителем класса, воспитателями, социальным педагогом и родителями (законными представителями).

Список литературы

1. Богданова, Т. Г. Сурдопсихология : учебник для вузов / Т. Г. Богданова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 280 с.
2. Большева, Т. В. Учимся по сказке. — СПб. : Речь, 2001.
3. Востриков, А. А. Практическое человекознание. — Томск, 2001.
4. Гущина, Т. И., Речицкая, Е. Г. Развитие познавательной сферы глухих учащихся с задержкой психического развития на индивидуальных коррекционных занятиях в младших классах : Монография. — М., 2011.
5. Забрамная, С. Д., Боровик, О. В. Развитие ребёнка в ваших руках. — М. : Новая школа, 2000.
6. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Нисневич, Л. А. Как помочь «особому» ребёнку. — СПб. : Институт специальной педагогики и психологии, 2000.
7. Лютова, Е. К., Монина, Г. Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. — СПб. : Речь, 2000.
8. Михаленкова, И. А. Коррекция сенсорного и интеллектуального развития младших школьников с нарушениями слуха. — СПб. : Каро, 1999.
9. Овчарова, В. В. Практическая психология в начальной школе. — М. : Сфера, 1998.
10. Петрова, В. Г., Белякова, И. В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? — М. : Флинта, 2000.
11. Петрова, Е. Э. Дифференциальная диагностика готовности к школьному обучению. — Новосибирск, 1999.
12. Речицкая, Е. Г. Психолого-педагогическая диагностика развития детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушения слуха) : учебное пособие для СПО / Е. Г. Речицкая, Т. К. Гущина. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2024.
13. Речицкая, Е. Г. Специальная психология и коррекционная педагогика: межличностные отношения младших школьников с нарушением слуха : учебник для вузов / Е. Г. Речицкая, Ю. В. Гайдова. — 2-е изд., пер. и доп. — Москва : Юрайт, 2025.
14. Семаго, Н. Я. Диагностический альбом для оценки развития познавательной деятельности ребенка. — М. : Айрис-пресс, 2021.
15. Семенович, А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза : Учебное пособие. — М. : Генезис, 2007. — 474 с.
16. Сиротюк, А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. — М. : Сфера, 2001.

17. Тигранова, Л. И. Развитие логического мышления детей с недостатками слуха. — М. : Педагогика, 1991.
18. Тихомирова, Л. Ф., Басов, А. В. Развитие логического мышления детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
19. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4 классы). — 7-е изд. — М. : Генезис, 2025.
20. Цвынтарный, В. В. Играем пальчиками и развиваем речь. — СПб. : Лань, 1996.
21. Черемошкина, Л. В. Развитие памяти детей. — Ярославль : Академия развития, 1998.
22. Чистякова, М. И. Психогимнастика. — М. : Просвещение, 1990.
23. Шматко, Н. Д., Красильникова, О. А. Дети с нарушением слуха. — М. : Просвещение, 2023.
24. Пискун, О. Ю. Коррекция эмоционально-волевого и когнитивного развития детей с недостатками слуха, имеющих комплексные нарушения : учебно-методическое пособие. — Новосибирск : Изд. НГПУ, 2005. — 173 с.
25. Ахутина, Т. В., Пылаева, Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.
26. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2025. — 288 с.
27. Дмитриева, Е. Е. Коммуникативное развитие детей с ОВЗ: теория и практика. — М. : Юрайт, 2024. — 215 с.
28. Кузнецова, Л. В. Сенсорная интеграция в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. — М. : Владос, 2025. — 198 с.
29. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — 2-е изд. — СПб. : Речь, 2024. — 400 с.
30. Семаго, Н. Я., Семаго, М. М. Типология отклоняющегося развития: модель анализа и её использование в практической деятельности. — 4-е изд. — М. : Генезис, 2025. — 368 с.
31. Овчарова, Р. В. Психология родительства и семейного воспитания. — М. : Юрайт, 2024. — 380 с.
32. Филиппова, Г. Г. Психология материнства. — 2-е изд. — М. : Юрайт, 2025. — 256 с.
33. Шипицына, Л. М. Психология детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. — СПб. : Питер, 2024. — 320 с.

Перечень диагностических методик

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
Внимание	Корректурная проба (фигурный вариант)	Тест Бурдона (адаптация)	Оценка концентрации, устойчивости и переключения внимания
Память	«Запоминание 10 слов»	А.Р. Лурия	Оценка объёма и скорости слухоречевого запоминания
Зрительная память	«Запомни рисунки»	Адаптированный вариант (И.А.	Исследование объёма зрительной

Сфера	Методика	Источник	Цель
		Михаленкова, С.Д. Забрамная)	памяти
Мышление (обобщение)	«Четвёртый лишний»	Л.М. Шипицына, С.Д. Забрамная	Определение уровня сформированности операций обобщения
Мышление (причинно-следственное)	«Установление последовательности событий»	А.Н. Бернштейн	Оценка понимания причинно-следственных связей
Самооценка	Методика «Лесенка»	В.Г. Щур	Исследование уровня самооценки
Эмоциональная сфера	«Эмоциональные лица»	Н.Я. Семаго, М.М. Семаго	Диагностика распознавания базовых эмоций
Эмоциональная сфера	«Страхи в домиках»	А.И. Захаров, М.А. Панфилова	Выявление страхов и тревожности
Эмоциональная сфера	Цветовой тест Люшера (адаптированный)	Классическая методика	Оценка эмоционального состояния
Детско-родительские отношения	«Рисунок семьи»	Классическая методика	Выявление особенностей восприятия семейных отношений
Детско-родительские отношения	«Семейная социограмма»	Э.Г. Эйдемиллер	Оценка семейных отношений
Коммуникативные навыки	Диагностическое наблюдение	М.М. Семаго, Н.Я. Семаго	Оценка уровня сформированности коммуникативных навыков
Адаптация	Диагностическое	М.М. Семаго,	Оценка уровня

Сфера	**Методика**	**Источник**	**Цель**
	наблюдение + беседа с учителем и родителями	Н.Я. Семаго	адаптированности
Поведение	Карта наблюдений (адаптированная)	Д. Стотт	Выявление признаков нежелательного поведения
Значимый взрослый	Беседа «Мой важный взрослый»	Адаптированный вариант	Выявление потребности в значимом взрослом
Внутренние ориентиры	Беседа «Мои ценности»	Адаптированный вариант	Выявление жизненных ценностей и ориентиров

Тематическое планирование

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК (занятия 1–4)					
1	**Познай себя: первый шаг**	1	Первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния.	Методики: «10 слов», «Запомни рисунки», «Четвёртый лишний», «Лесенка». Рисунок «Моё настроение».	Индивидуальная, беседа, рисование
2	**Мой внутренний мир: эмоции и семья**	1	Диагностика эмоционального состояния, выявление страхов, тревожности, особенностей семейных отношений.	«Эмоциональные лица», «Страхи в домиках», Цветовой тест Люшера, «Рисунок семьи».	Индивидуальная, диагностическая, проективная
3	**Я умею думать и запоминать**	1	Диагностика когнитивной сферы (внимание, память, мышление).	Корректурная проба, «10 слов», «Четвёртый лишний».	Индивидуальная, диагностическая
4	**Я и мой класс: общение**	1	Диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.	Наблюдение в игровой и учебной деятельности, беседа с учителем.	Индивидуальная, наблюдение
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЙ БЛОК (занятия 5–34)					
Раздел 1. Коррекция и развитие коммуникативной и эмоциональной сферы (занятия 5–10)					
5	**Эмоции: учимся понимать себя**	1	Развитие умения понимать и выражать свои эмоции.	«Покажи эмоцию», «Моё настроение», рисование эмоций.	Индивидуальная, игровая, арт-терапия
6	**Эмоции других: учимся понимать**	1	Развитие эмпатии и понимания чувств других людей.	«Что чувствует герой?», ролевые игры.	Индивидуальная, ролевая игра

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
7	**Общение: учимся говорить и слушать**	1	Формирование навыков конструктивного общения.	«Я-сообщения», «Активное слушание».	Индивидуальная, беседа
8	**Конфликты: учимся решать мирно**	1	Обучение конструктивному разрешению конфликтов.	Ролевые игры, «Медиация».	Индивидуальная, ролевая игра
9	**Дружба: учимся строить отношения**	1	Развитие навыков построения дружеских отношений.	«Мой друг», «Как поддержать друга?».	Индивидуальная, беседа
10	**Коммуникативный тренинг: итоги**	1	Закрепление навыков общения.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, игровая
Раздел 2. Коррекция и развитие высших психических функций (занятия 11–18)					
11	**Внимание: учимся сосредотачиваться**	1	Развитие концентрации и устойчивости внимания.	Корректурная проба, «Найди отличия», «Что изменилось?».	Индивидуальная, игровая
12	**Память: учимся запоминать**	1	Развитие слуховой и зрительной памяти.	«10 слов», «Запомни рисунки», «Мемо».	Индивидуальная, игровая
13	**Мышление: учимся думать**	1	Развитие логического мышления.	«Четвёртый лишний», «Продолжи ряд», логические задачи.	Индивидуальная, игровая
14	**Речь: учимся говорить**	1	Развитие связной речи.	«Расскажи историю», «Опиши предмет».	Индивидуальная, беседа
15	**Воображение: учимся фантазировать**	1	Развитие воображения и творческого мышления.	«Нарисуй несуществующее», «Придумай историю».	Индивидуальная, творческая
16	**Память и внимание: тренинг**	1	Закрепление навыков запоминания и внимания.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, игровая

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
17	**Мышление и речь: тренинг**	1	Закрепление навыков мышления и речи.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, беседа
18	**Когнитивный тренинг: итоги**	1	Обобщение и рефлексия.	Викторина, обсуждение.	Индивидуальная, игровая
Раздел 3. Развитие произвольной регуляции деятельности и поведения (занятия 19–24)					
19	**Правила: учимся действовать по правилу**	1	Формирование умения действовать по правилу и образцу.	«Слушай сигнал», «Запрещённое движение».	Индивидуальная, игровая
20	**Самоконтроль: учимся управлять собой**	1	Развитие самоконтроля и саморегуляции.	«Стоп-игра», «Держи себя в руках».	Индивидуальная, игровая
21	**Планирование: учимся организовывать**	1	Развитие умения планировать свою деятельность.	«Мой день», «План на неделю».	Индивидуальная, практическая
22	**Терпение: учимся ждать**	1	Развитие терпения и выдержки.	«Дождись своей очереди», «Молчанка».	Индивидуальная, игровая
23	**Ответственность: учимся отвечать за поступки**	1	Формирование чувства ответственности.	«Мои поступки», «Хорошо или плохо?».	Индивидуальная, беседа
24	**Регуляция поведения: итоги**	1	Закрепление навыков саморегуляции.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, игровая
Раздел 4. Работа с эмоциональным состоянием. Коррекция и профилактика нежелательного поведения (занятия 25–29)					
25	**Моё настроение: учимся расслабляться**	1	Снижение эмоционального напряжения.	Дыхательные упражнения, релаксация.	Индивидуальная, тренинг
26	**Стресс: учимся**	1	Обучение приёмам	«Мои ресурсы»,	Индивидуальная, тренинг

№	Тема	Кол-во занятий	Цели и задачи	Упражнения / Содержание занятия	Наименование форм работы
	справляться		совладания со стрессом.	«Спокойное место».	
27	**Гнев: учимся управлять**	1	Обучение конструктивному выражению гнева.	«Я-сообщения», «Спокойный уголок».	Индивидуальная, тренинг
28	**Обида: учимся отпускать**	1	Работа с чувством обиды.	Арт-терапия, «Письмо обидчику».	Индивидуальная, арт-терапия
29	**Профилактика нежелательного поведения: итоги**	1	Закрепление навыков саморегуляции.	Комплексные упражнения.	Индивидуальная, тренинг
Раздел 5. Помощь в адаптации к условиям школьной среды. Восполнение дефицита доверительных отношений со значимым взрослым. Формирование внутренних ориентиров (занятия 30–34)					
30	**Я в школе: учимся адаптироваться**	1	Помощь в адаптации к школьной среде.	«Мой класс», «Мои правила».	Индивидуальная, беседа
31	**Мои успехи: учимся замечать хорошее**	1	Формирование позитивной самооценки.	«Мои достижения», «Я могу».	Индивидуальная, беседа
32	**Мой важный взрослый: учимся доверять**	1	Формирование опыта доверительных отношений со значимым взрослым.	«Мой герой», «Кто может меня поддержать?».	Индивидуальная, беседа, арт-терапия
33	**Мои ориентиры: что важно для меня**	1	Формирование внутренних ориентиров и жизненных целей.	«Мои ценности», «Мой компас».	Индивидуальная, беседа, творческая
34	**Заключительное занятие: планы на будущее**	1	Завершение программы. Постановка целей на следующий год.	«Письмо себе в будущее», обсуждение.	Индивидуальная, беседа

Конспекты занятий

Занятие № 1. Познай себя: первый шаг

Цель: первичная диагностика познавательной сферы, самооценки, эмоционального состояния.

Задачи:

- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Запомни рисунки»;
- провести методику «Четвёртый лишний»;
- провести методику «Лесенка»;
- провести беседу об эмоциях;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки методик, карточки с пиктограммами эмоций, цветные карандаши, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие, установление контакта с ребёнком, объяснение цели: «Мы сегодня поиграем и узнаем, как ты умеешь запоминать, думать и различать эмоции».
Основная часть	1. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 2. Методика «Запомни рисунки» — предъявление 10 предметных картинок, ребёнок запоминает, затем воспроизводит по памяти. 3. Методика «Четвёртый лишний» — предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет. 4. Методика «Лесенка» — ребёнок ставит себя на ступеньку, обсуждаем почему. 5. Беседа об эмоциях — показываем пиктограммы, ребёнок называет/показывает эмоцию, рассказывает, когда он так себя чувствовал. 6. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Релаксация «Спокойное дыхание». Прощание, похвала за работу.

Занятие № 2. Мой внутренний мир: эмоции и семья

Цель: диагностика эмоционального состояния, выявление страхов, тревожности, особенностей семейных отношений.

Задачи:

- провести методику «Эмоциональные лица»;
- провести методику «Страхи в домиках»;
- провести цветовой тест Люшера (адаптированный);
- провести проективную методику «Рисунок семьи»;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: карточки с эмоциями, бланки «Страхи в домиках», цветные карточки Люшера, листы для рисования, протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы поговорим о твоих чувствах и настроении».
Основная часть	1. Методика «Эмоциональные лица» — ребёнок соотносит эмоции с ситуациями. 2. Методика «Страхи в домиках» — ребёнок раскладывает карточки со страхами в красный (боюсь) и чёрный (не боюсь) домики. 3. Цветовой тест Люшера (адаптированный) — выбор цветов. 4. Проективная методика «Рисунок семьи» — ребёнок рисует свою семью. 5. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Релаксация «Страх уходит» — дыхательное упражнение. Прощание.

Занятие № 3. Я умею думать и запоминать

Цель: диагностика когнитивной сферы (внимание, память, мышление).

Задачи:

- провести корректурную пробу (фигурный вариант);
- провести методику «10 слов» (А.Р. Лурия);
- провести методику «Четвёртый лишний»;
- зафиксировать результаты в протоколах.

Оборудование: бланки корректурной пробы, бланки для «10 слов», карточки «Четвёртый лишний», протоколы.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объяснение цели: «Сегодня мы проверим, как ты умеешь быть внимательным, запоминать и думать».
Основная часть	1. Корректурная проба (фигурный вариант) — вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 2. Методика «10 слов» — зачитывание слов, 5 повторов, фиксация воспроизведения. 3. Методика «Четвёртый лишний» — предъявление карточек по 4 предмета, ребёнок показывает лишний, объясняет. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе было легче выполнять?». Прощание.

Занятие № 4. Я и мой класс: общение

Цель: диагностика коммуникативных навыков и адаптированности.

Задачи:

- провести диагностическое наблюдение в игровой и учебной деятельности;
- провести беседу с учителем;
- зафиксировать результаты в протоколах;

- уточнить индивидуальные маршруты коррекции.

Оборудование: листы наблюдения, протоколы, карточки для игровых ситуаций.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на совместную работу.
Основная часть	1. Игровая ситуация «Мы вместе» — совместное выполнение задания. 2. Наблюдение за взаимодействием: умение договариваться, слушать, уступать. 3. Беседа с учителем об особенностях общения и адаптации ребёнка. 4. Фиксация результатов в протоколах.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко? Что трудно?». Прощание.

Занятие № 5. Эмоции: учимся понимать себя

Цель: развитие умения понимать и выражать свои эмоции.

Задачи:

- учить распознавать базовые эмоции;
- развивать умение выражать эмоции словами;
- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с эмоциями, листы для рисования, цветные карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Покажи эмоцию» — ребёнок показывает эмоцию, психолог угадывает.
Основная часть	1. «Моё настроение» — рисование эмоции. 2. «Когда я чувствую...» — обсуждение ситуаций. 3. «Словарь эмоций» — называние эмоций.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какие эмоции тебе легче узнавать?». Прощание.

Занятие № 6. Эмоции других: учимся понимать

Цель: развитие эмпатии и понимания чувств других людей.

Задачи:

- учить понимать эмоции других людей по мимике и жестам;
- развивать умение сопереживать;
- формировать навык поддержки.

Оборудование: карточки с ситуациями, ролевые карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что чувствует герой?».
Основная часть	1. Ролевые игры на эмпатию. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Я тебя понимаю» — упражнение на сопереживание.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым важным?». Прощание.

Занятие № 7. Общение: учимся говорить и слушать

Цель: формирование навыков конструктивного общения.

Задачи:

- учить выражать свои мысли и чувства;
- развивать умение слушать собеседника;
- формировать навык «Я-сообщений».

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Испорченный телефон».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Активное слушание» — упражнение на понимание. 3. Ролевая игра «Разговор» — поиск решения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе в общении?». Прощание.

Занятие № 8. Конфликты: учимся решать мирно

Цель: обучение конструктивному разрешению конфликтов.

Задачи:

- учить разрешать конфликты мирным путём;
- развивать навык «Я-сообщений»;
- формировать умение договариваться.

Оборудование: карточки с конфликтными ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мирное решение».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. Ролевая игра «Конфликт» — поиск решения. 3. «Медиация» — учимся договариваться.
Заключительная часть	Рефлексия: «Как ты будешь решать конфликты?». Прощание.

Занятие № 9. Дружба: учимся строить отношения

Цель: развитие навыков построения дружеских отношений.

Задачи:

- формировать представления о дружбе;
- развивать умение поддерживать дружеские отношения;
- формировать навык доверия.

Оборудование: листы для рисования, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое дружба?».
Основная часть	1. «Мой друг» — рисование. 2. «Как поддержать друга?» — обсуждение. 3. «Дружба — это...» — составление правил дружбы.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что для тебя важно в дружбе?». Прощание.

Занятие № 10. Коммуникативный тренинг: итоги

Цель: закрепление навыков общения.

Задачи:

- обобщить навыки общения;
- тренировать умение выражать эмоции;
- развивать уверенность в общении.

Оборудование: комплекс карточек, игры на взаимодействие.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мы вместе».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на общение. 2. «Я-сообщения» — тренинг. 3. «Активное слушание» — тренинг.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было легко в общении?». Прощание.

Занятие № 11. Внимание: учимся сосредотачиваться

Цель: развитие концентрации и устойчивости внимания.

Задачи:

- тренировать способность удерживать внимание на задании;
- развивать умение замечать детали;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: корректурные бланки, картинки «Найди отличия», набор предметов.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал» — хлопок, топот, молчание.
Основная часть	1. Корректурная проба (фигурный вариант) — вычёркивание заданной фигуры за 3 минуты. 2. «Найди отличия» — сравнение двух картинок. 3. «Что изменилось?» — на столе 7–8 предметов, ребёнок запоминает, затем находит изменения.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 12. Память: учимся запоминать

Цель: развитие слуховой и зрительной памяти.

Задачи:

- тренировать слуховую память;
- развивать зрительную память;
- учить использовать приёмы запоминания.

Оборудование: бланки для «10 слов», карточки «Запомни рисунки», игра «Мемо».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Повтори за мной» — повторение цепочки слов.
Основная часть	1. «10 слов» — зачитывание, воспроизведение. 2. «Запомни рисунки» — предъявление 10 картинок, воспроизведение. 3. «Мемо» — поиск парных картинок.
Заключительная	Рефлексия: «Что тебе легче запомнить — слова или

Этап	Содержание
часть	картинки?». Прощание.

Занятие № 13. Мышление: учимся думать

Цель: развитие логического мышления.

Задачи:

- учить решать логические задачи;
- развивать операции анализа и синтеза;
- тренировать умение устанавливать закономерности.

Оборудование: логические задачи, карточки «Четвёртый лишний», «Продолжи ряд».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».
Основная часть	1. «Четвёртый лишний» — нахождение лишнего с объяснением. 2. «Продолжи ряд» — выявление закономерности. 3. Логические задачи — решение задач на смекалку.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какая задача была самой интересной?». Прощание.

Занятие № 14. Речь: учимся говорить

Цель: развитие связной речи.

Задачи:

- развивать связную речь;
- учить выражать свою точку зрения;
- тренировать навык описания.

Оборудование: карточки с картинками, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Закончи предложение».
Основная часть	1. «Расскажи историю» — составление связного рассказа. 2. «Опиши предмет» — упражнение на описание. 3. «Моё мнение» — аргументация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе говорить уверенно?». Прощание.

Занятие № 15. Воображение: учимся фантазировать

Цель: развитие воображения и творческого мышления.

Задачи:

- развивать творческое воображение;
- учить создавать новые образы;
- формировать навык самовыражения.

Оборудование: листы, карандаши, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «На что похоже?».
Основная часть	1. «Нарисуй несуществующее животное» — творческое задание. 2. «Придумай историю» — сочинение рассказа. 3. «Дорисуй» — завершение незаконченного рисунка.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе понравилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 16. Память и внимание: тренинг

Цель: закрепление навыков запоминания и внимания.

Задачи:

- обобщить приёмы запоминания;
- тренировать все виды памяти;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, игры «Мемо», «Запомни пары».

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Вспомни и назови».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на все виды памяти. 2. «Мемо» — игра на зрительную память. 3. «Запомни пары» — игра на ассоциативную память.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой вид памяти у тебя самый сильный?». Прощание.

Занятие № 17. Мышление и речь: тренинг

Цель: закрепление навыков мышления и речи.

Задачи:

- обобщить приёмы мышления;
- тренировать навыки аргументации;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, логические задачи.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Что лишнее?».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на мышление. 2. «Докажи свою точку зрения» — аргументация. 3. «Расскажи историю» — связная речь.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым интересным?». Прощание.

Занятие № 18. Когнитивный тренинг: итоги

Цель: обобщение и рефлексия.

Задачи:

- обобщить знания, полученные в разделе;
- развивать навыки рефлексии;
- создать положительный эмоциональный настрой.

Оборудование: карточки с заданиями, жетоны.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Объявление викторины.
Основная часть	1. Викторина «Самый умный» — вопросы по пройденным темам. 2. «Назови одним словом», «Что лишнее?», «Продолжи ряд». 3. Награждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе запомнилось больше всего?». Прощание.

Занятие № 19. Правила: учимся действовать по правилу

Цель: формирование умения действовать по правилу и образцу.

Задачи:

- учить соблюдать правила;
- развивать самоконтроль;
- формировать навык следовать инструкции.

Оборудование: карточки с правилами, игровые задания.

Этап	Содержание
Организационный	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».

Этап	Содержание
момент	
Основная часть	1. «Запрещённое движение» — повторяй всё, кроме запрещённого. 2. «Сделай как я» — повторение последовательности движений. 3. «Правила игры» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогало тебе соблюдать правила?». Прощание.

Занятие № 20. Самоконтроль: учимся управлять собой

Цель: развитие самоконтроля и саморегуляции.

Задачи:

- учить управлять своим поведением;
- развивать выдержку;
- формировать навык самонаблюдения.

Оборудование: карточки с заданиями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Стоп-игра».
Основная часть	1. «Держи себя в руках» — упражнение на выдержку. 2. «Стоп-сигнал» — умение вовремя остановиться. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?». Прощание.

Занятие № 21. Планирование: учимся организовывать

Цель: развитие умения планировать свою деятельность.

Задачи:

- учить планировать своё время;
- развивать навык организации;
- формировать умение ставить цели.

Оборудование: листы для записей, карточки с заданиями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое план?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Мой день» — составление распорядка дня. 2. «План на неделю» — планирование. 3. «Шаги к цели» — постановка цели.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе помогает организовывать себя?». Прощание.

Занятие № 22. Терпение: учимся ждать

Цель: развитие терпения и выдержки.

Задачи:

- учить ждать своей очереди;
- развивать выдержку;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: игровые задания, карточки.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Дождись своей очереди».
Основная часть	1. «Молчанка» — упражнение на выдержку. 2. «Дождись сигнала» — умение ждать. 3. «Терпение — это...» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что было самым трудным?». Прощание.

Занятие № 23. Ответственность: учимся отвечать за поступки

Цель: формирование чувства ответственности.

Задачи:

- учить анализировать свои поступки;
- развивать чувство ответственности;
- формировать навык самоконтроля.

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для записей.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Хорошо или плохо?».
Основная часть	1. «Мои поступки» — анализ ситуаций. 2. «Хорошо или плохо?» — обсуждение. 3. «Я отвечаю за...» — упражнение.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Рефлексия: «Что значит быть ответственным?». Прощание.

Занятие № 24. Регуляция поведения: итоги

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- обобщить приёмы саморегуляции;
- тренировать навыки управления поведением;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на саморегуляцию. 2. «Держи себя в руках» — тренинг. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?». Прощание.

Занятие № 25. Моё настроение: учимся расслабляться

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Задачи:

- учить расслабляться;
- осваивать дыхательные упражнения;
- формировать навык саморегуляции.

Оборудование: музыка для релаксации, коврики.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое напряжение?».
Основная часть	1. Дыхательные упражнения «Спокойное дыхание». 2. «Шалтай-Болтай» — расслабление мышц. 3. «Моё спокойное место» — визуализация.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе расслабиться?». Прощание.

Занятие № 26. Стресс: учимся справляться

Цель: обучение приёмам совладания со стрессом.

Задачи:

- познакомить с понятием «стресс»;
- учить справляться со стрессом;
- развивать навыки саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое стресс?».
Основная часть	1. «Мои ресурсы» — что помогает мне справляться. 2. Релаксация «Спокойное место». 3. «Копилка способов» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что ты будешь делать, когда почувствуешь стресс?». Прощание.

Занятие № 27. Гнев: учимся управлять

Цель: обучение конструктивному выражению гнева.

Задачи:

- учить распознавать гнев;
- развивать навык конструктивного выражения гнева;
- формировать навык саморегуляции.

Оборудование: карточки с ситуациями, листы для рисования.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое гнев?».
Основная часть	1. «Я-сообщения» — учимся говорить о своих чувствах. 2. «Спокойный уголок» — упражнение. 3. «Как я справляюсь с гневом?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе справиться с гневом?». Прощание.

Занятие № 28. Обида: учимся отпускать

Цель: работа с чувством обиды.

Задачи:

- учить распознавать обиду;

- развивать навык выражения обиды;
- формировать умение прощать.

Оборудование: листы для рисования, краски.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое обида?».
Основная часть	1. Арт-терапия «Моя обида» — рисование. 2. «Письмо обидчику» — упражнение. 3. «Как отпустить обиду?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что помогает тебе отпустить обиду?». Прощание.

Занятие № 29. Профилактика нежелательного поведения: итоги

Цель: закрепление навыков саморегуляции.

Задачи:

- обобщить приёмы саморегуляции;
- тренировать навыки управления эмоциями;
- развивать уверенность в своих возможностях.

Оборудование: комплекс карточек, музыка для релаксации.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Слушай сигнал».
Основная часть	1. Комплексные упражнения на саморегуляцию. 2. Дыхательные упражнения. 3. «Мои способы успокоиться» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Какой способ помогает тебе лучше всего?». Прощание.

Занятие № 30. Я в школе: учимся адаптироваться

Цель: помощь в адаптации к школьной среде.

Задачи:

- помочь адаптироваться к школьной среде;
- формировать навыки учебного сотрудничества;
- развивать уверенность в школе.

Оборудование: листы для рисования, карточки с ситуациями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Как ты чувствуешь себя в школе?».
Основная часть	1. «Мой класс» — рисование. 2. «Мои правила» — обсуждение. 3. «Что помогает мне в школе?» — упражнение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе нравится в школе?». Прощание.

Занятие № 31. Мои успехи: учимся замечать хорошее

Цель: формирование позитивной самооценки.

Задачи:

- развивать умение замечать свои успехи;
- формировать позитивную самооценку;
- развивать уверенность в себе.

Оборудование: листы для рисования, карточки с достижениями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Игра «Мои достижения».
Основная часть	1. «Мои достижения» — обсуждение. 2. «Я могу» — упражнение на уверенность. 3. «За что меня можно похвалить?» — обсуждение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что тебе в себе нравится?». Прощание.

Занятие № 32. Мой важный взрослый: учимся доверять

Цель: формирование опыта доверительных отношений со значимым взрослым.

Задачи:

- формировать доверительные отношения с педагогом-психологом;
- создавать условия для переживания опыта принятия и поддержки;
- формировать внутреннюю опору и уверенность в себе.

Оборудование: листы для рисования, краски, карточки с качествами.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Кто такой важный взрослый?».

Этап	Содержание
Основная часть	1. «Мой герой» — рисование. 2. «Кто может меня поддержать?» — обсуждение. 3. «Качества важного взрослого» — составление списка. 4. «Я могу положиться на...» — упражнение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что для тебя важно в взрослом?». Прощание.

Занятие № 33. Мои ориентиры: что важно для меня

Цель: формирование внутренних ориентиров и жизненных целей.

Задачи:

- помочь определить жизненные ценности;
- развивать умение делать выбор;
- формировать внутреннюю опору.

Оборудование: листы для рисования, карандаши, карточки с ценностями.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Беседа: «Что такое ценности?».
Основная часть	1. «Мои ценности» — обсуждение. 2. «Мой компас» — рисование. 3. «Что важно для меня?» — упражнение.
Заключительная часть	Рефлексия: «Что для тебя самое важное?». Прощание.

Занятие № 34. Заключительное занятие: планы на будущее

Цель: завершение программы, постановка целей на следующий год.

Задачи:

- подвести итоги года;
- создать положительный эмоциональный настрой;
- помочь поставить цели на будущее.

Оборудование: листы, конверты, карандаши.

Этап	Содержание
Организационный момент	Приветствие. Настрой на завершение.
Основная часть	1. «Письмо себе в будущее» — написание письма. 2. «Мои планы на лето» — обсуждение. 3. «Пожелания себе» — упражнение.

Этап	Содержание
Заключительная часть	Прощание, пожелание добрых слов.