


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа села Сиреники»  
689273 ЧАО, Провиденский городской округ, с. Сиреники, ул. Мандрикова д.29, тел.  
(факс) 2-52-37

Рассмотрено:  
на Педагогическом совете

Протокол № 1 от  
«22» августа 2024 г.

Согласовано:  
Заместитель директора  
по ВР

\_\_\_\_\_/Т.Д.Шараева /  
« 23 » августа 2024 г

Утверждаю:  
Директор  
МБОУ «ООШ с. Сиреники»  
  
\_\_\_\_\_/ Я. Ю. Щуцкая/  
Приказ № 159 – о.д  
от « 23 » августа 2024 г

**Рабочая адаптированная  
коррекционно-психологическая программа  
по внеурочной деятельности  
«Тропинка к своему Я»  
начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-  
двигательного аппарата с легкой умственной отсталостью (вариант 6.3)  
на 2024-2025 учебный год  
( Подготовительный класс)**

Составила:  
Педагог-психолог  
Калдар-оол.К.К

с. Сиреники 2024 г

## Пояснительная записка

Младший школьный возраст — важнейший период формирования жизненного ресурса ребёнка, этап становления его социальности, освоения общественных отношений, обогащения мировосприятия и развития личностных качеств. Дети с интеллектуальными нарушениями характеризуются стойким недоразвитием всех психических процессов, что отчётливо обнаруживается в сфере познавательной деятельности и личностной сфере. Многие дети болезненно адаптируются в школе, и чтобы избежать стрессовых ситуаций необходимо грамотно подойти к проблеме адаптации детей. Выработка единых требований к поведению ребенка в новом социальном статусе «ученика», снятие тревоги, установление положительного эмоционального контакта - важное условие, облегчающее его адаптацию. При этом необходимо учитывать психофизические возможности детей, а также особенности личности. Для более успешной адаптации в обществе и интеграции их в него необходимо оказание комплексной дифференцированной помощи, направленной на преодоление трудностей овладения программными знаниями, умениями и навыками.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Психомоторика и развитие деятельности» разработана в соответствии с требованиями ФГОС для детей с ментальными нарушениями. Основными нормативными документами для разработки учебного плана служит Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598, далее - ФГОС НОО ОВЗ), Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для обучающихся с ОВЗ (утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1023, далее ФААОП НОО ОВЗ). Программа реализуется в рамках коррекционно-развивающего направления организации внеурочной деятельности и предназначена для учащихся 1 – 4 класса.

**Целью программы является:** создание психолого-педагогических и социальных условий, позволяющих ребенку успешно адаптироваться в школьной системе. Формирование различных видов деятельности. Создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, предметно-игровой, продуктивных видов деятельности (конструирование, изобразительная деятельность), элементов трудовой деятельности. Развитие сенсорной сферы (сенсорных эталонов), межсенсорного взаимодействия. Развитие познавательных способностей.

**Задача программы** состоит в создании и обеспечении психолого-педагогических условий, позволяющих учащимся успешно адаптироваться и развиваться в школьной среде и включает в себя:

- развитие внимания и наблюдательности;
- развитие мелкой моторики;
- снятия психо - эмоционального напряжения;
- развитие эмоционально выразительных движений;
- развитие произвольности и самоконтроля;
- развитие координации движений;
- Обучение навыкам релаксации и дыхательных упражнений.
- Развитие эмоционально - волевой сферы.

### **Общая характеристика коррекционного курса с учётом особенностей его освоения обучающимися**

Курс внеурочной деятельности решает ряд задач. Ребенок впервые сталкивается с качественно новыми для него требованиями. Существует регламентация действий, ограничения в удовлетворении спонтанно возникающих потребностей, ответственность за результаты своего труда, с которыми он раньше не сталкивался. И еще: «Учебная деятельность носит коллективный характер, поэтому от ребенка требуется владение определенными навыками общения со сверстниками и учителем, умение вместе работать». В связи с этим, период приспособления ребенка к новым условиям представляется для самых младших школьников наиболее трудным. Это делает первый подготовительный год необходимым, для успешной адаптации и дальнейшему благополучному развитию учащихся.

Специально подобранные игры и упражнения направлены на формирование различных форм общения, обучающихся со взрослыми и сверстниками: тренировка различных коммуникативных умений, смягчение эмоционального дискомфорта ребёнка, повышение активности и самостоятельности, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, такими, как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность, эмоциональная отгороженность. Умение получить эмоциональную поддержку от сверстников, имеющих общие проблемы и цели. Умение начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор. Умение корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д. Умение получать и уточнять информацию от собеседника. Модифицирование эмоциональных отношений и переживаний ребенка, способов реагирования на отношение к нему окружающих. Умение

самостоятельно находить нужные формы эмоционального реагирования и управлять ими. Основой для формирования у учащихся пространственной ориентировки является расширения двигательного опыта учащихся, умения согласовывать движения различных частей тела, целенаправленно выполнять отдельные действия и серии действий по инструкции педагога. Коррекционная направленность занятий предполагает также работу по укреплению моторики рук, развитию координации движений кисти рук и пальцев; пополнению и уточнению знаний учащихся о сенсорных эталонах, расширению запаса знаний об окружающем мире, формированию временных понятий и представлений: секунда, минута, час, сутки, дни недели, времена года. Овладения практическими умениями саморегуляции, включающие выработку навыков управления вниманием, регуляции ритма дыхания и мышечного тонуса.

**Место внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» в учебном плане**  
Рабочая программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»  
рассчитана на: в 1 классе – на 33 часа (1 час в неделю)

### **Ценностные ориентиры содержания курса «Тропинка к своему Я»**

Курс занятий по программе является коррекционно-направленным и должен опираться на принципы коррекционно-развивающего обучения.

Принцип приоритетности интересов обучающегося определяет отношение работников организации, которые призваны оказывать каждому обучающемуся помощь в развитии с учетом его индивидуальных образовательных потребностей.

Принцип системности - обеспечивает единство всех элементов коррекционной работы: цели и задач, направлений осуществления и содержания, форм, методов и приемов организации, взаимодействия участников.

Принцип непрерывности обеспечивает проведение коррекционной работы на всем протяжении обучения школьника с учетом изменений в их личности.

Принцип вариативности предполагает создание вариативных программ коррекционной работы с детьми с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития.

Принцип единства психолого-педагогических и медицинских средств, обеспечивающий взаимодействие специалистов психолого-педагогического и медицинского блока в деятельности по комплексному решению задач коррекционной работы.

Принцип сотрудничества с семьей основан на признании семьи как важного участника коррекционной работы, оказывающего существенное

влияние на процесс развития ребенка и успешность его интеграции в общество. Специфика организации коррекционной работы с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

### Личностные и предметные результаты освоения курса «Тропинка к своему Я»

Личностные результаты	Предметные результаты
<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность ребенка к принятию новой роли ученика, осознание себя как ученика,</li> <li>- понимание им на доступном уровне ролевых функций и включение в процесс обучения на основе интереса к его содержанию и организации;</li> <li>- способность вступать в коммуникацию со взрослыми и сверстниками в процессе обучения;</li> <li>- ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;</li> <li>- ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;</li> <li>- осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона; элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.</li> <li>- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;</li> <li>- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;</li> <li>- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;</li> <li>- готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- входить и выходить из учебного помещения со звонком;</li> <li>- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);</li> <li>- пользоваться учебной мебелью;</li> <li>- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);</li> <li>- работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место;</li> <li>- передвигаться по школе,</li> <li>- целенаправленно выполняют действия по инструкции педагога;</li> <li>- анализируют и сравнивают предметы по указанному признаку: форма, цвет, величина;</li> <li>- различают основные цвета;</li> <li>- классифицируют геометрические фигуры;</li> <li>- обобщают предметы по определённым признакам;</li> <li>- выбирают предмет по образцу;</li> <li>- определяют название предмета, форму предмета;</li> <li>- складывают из счётных палочек элементарные предметы;</li> <li>- ориентируются в схеме собственного тела;</li> <li>- ориентируются в помещении и на листе</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;</li> <li>- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;</li> <li>- развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;</li> <li>- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</li> <li>- принятие и освоение различных социальных ролей;</li> <li>- принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;</li> <li>- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;</li> <li>- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;</li> <li>- способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;</li> <li>- способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;</li> <li>- мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.</li> </ul>	<p>бумаги по инструкции педагога;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определяют источник звука;</li> <li>- угадывают предмет по вопросам с помощью осязания;</li> <li>- различают речевые и неречевые звуки, звуки окружающей среды;</li> <li>- выделяют части суток;</li> <li>- находят сходство и различие между изучаемыми предметами;</li> <li>- классифицируют предметы по заданному признаку;</li> <li>- раскрашивают предметные картинки, не выходя за контур;</li> <li>- различают эмоциональные состояния других людей, проявляют чувство сопереживания.</li> <li>- сравнивают предметы по различным свойствам;</li> <li>- определяют предметы на ощупь;</li> <li>- обобщают в слове выделенные признаки, называют основания классификации;</li> <li>- различают дополнительные цвета, подбирают нужный цвет, называют цвета радуги;</li> <li>- ориентируются в пространстве относительно другого предмета;</li> <li>- находят сходство и различие в сюжетных картинках;</li> <li>- правильно складывают картинку по памяти;</li> <li>- видят и определяют изменения в предъявленном ряду;</li> <li>- различают части суток;</li> <li>- определяют временные промежутки в связи с наполнением их конкретной деятельностью;</li> <li>- определяют закономерности в расположении</li> </ul>
---	--

	<p>материала;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выделяют в явлении разные стороны и особенности, мысленно расчленяют объект на составные элементы;</li> <li>- устанавливают логические связи и отношения на наглядном и словесном материале;</li> <li>- пользуются словами разной степени сложности, обосновывают свои суждения с опорой на наглядный материал;</li> <li>- штрихуют и раскрашивают рисунки, не выходя за их контур.</li> </ul>
--	---

### **Содержание курса 1 класс (33 часа/1 час в неделю)**

#### **I. Вводное занятие – 2 часа.**

Давайте познакомимся. Формирование эмоционального отношения к занятиям. Диагностика уровня знаний детей о себе.

Диагностическое занятие. Диагностика уровня развития внимания, памяти, восприятия.

#### **II. Развитие восприятия, воображения и осязания – 10 часов.**

Одинаковые на ощупь. Различение предметов на ощупь. Сопоставление двух предметов по высоте, длине, ширине, толщине; обозначение словом. Раскладывание, перекладывание предметов различной величины. Раскрашивание предметов различной величины. Формирование сенсорных эталонов плоскостных геометрических фигур (круг, квадрат, прямоугольник, треугольник). Группировка предметов по форме. Раскрашивание предметов. Различение и выделение основных цветов (красный, желтый, зеленый, синий, черный). Игры на подбор нужного цвета. Игры на сочетание цветов. Рисование и раскрашивание предметов.

Дифференциация правой (левой) руки (ноги), правой (левой) части тела. Определение расположения предметов в пространстве (справа, слева, за, под, около и т. п.). ориентирование в помещении по инструкции педагога. Пространственная ориентировка на листе бумаги.

Сутки. Части суток. Утро. День. Вечер. Ночь. Времена года. Обозначение временных представлений в речи.

#### **III. Развитие внимания – 5 часов.**

Развитие навыков сосредоточения и устойчивости внимания. «Графический диктант» с выявлением закономерностей (по визуальному образцу), составление простых узоров из карточек по образцу («Мозаика»), игры «Кто точнее нарисует», «Составь узор», «Запутанные дорожки». Активизация внимания путем сличения предмета с его силуэтом. Штриховка по трафарету и шаблону. Раскрашивание предметов.

IV. Развитие памяти – 5 часов.

Развитие объема и устойчивости слуховой, зрительной, двигательной памяти. Упражнения на запоминание различных предметов (2–3) без учета месторасположения, игры «Внимательный художник», «Найди отличия». Запоминание свойств предметов, узнавание их на основе названных свойств. Запоминание и воспроизведение наглядного и словесного материала.

V. Развитие аналитико-синтетической сферы – 6 часов.

Описание различных свойств окружающих предметов. Практическое расчленение объекта на составные элементы. Выделение основных признаков предмета. Нахождение конкретных различий. Сравнение предметов по заданному признаку. Выделение общего признака. Классификация предметов по заданному признаку.

VI. Развитие личностно-мотивационной сферы – 6 часов.

Знакомство с правилами общения. Обучение приёмам общения со сверстниками. Развитие произвольно рефлексивных действий в поведении и деятельности. Формирование мотивационной деятельности на действие контроля. Знакомство с понятиями «радость», «страх», «удивление», «злость». Развитие умения адекватно выражать своё эмоциональное состояние. Развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека.

Комплексное итоговое занятие. Диагностика.



## Календарно-тематическое планирование 1 класс (33 часа/1 час в неделю)

№ п/п	Раздел	Тема урока	Кол-во часов	Воспитательный потенциал	Форма деятельности
1	<b>Вводные занятия (2 часа)</b>	Давайте познакомимся	1		
2			1		
3	<b>Развитие восприятия и осязания (8 часов)</b>	Восприятие качеств величины. Сопоставление двух предметов по высоте длине	1	Учить сравнивать предметы по разным признакам (ширина, толщина, длина, высота)	Демонстрационный материал. Игра в парах
4		Восприятие формы. Форма предметов. Круг. Его свойства	1	Развивать тактильно-двигательное восприятие ( жесткий, мягкий, твердый, колючий)	Демонстрационный материал. Игра « какой предмет мягче , тверже» Игра в парах
5		Треугольник. Его свойства	1		Демонстрационный материал
6		Восприятие цвета	1	Научить различать предметы по цвету с помощью операций сравнения однородных и разных по цвету предметов.	Демонстрационный материал. Цветовая политра .Игра в парах
7		В мире цвета	1	Учить различать предмет по цвету	Картинки, цветные карандаши, стакан, цветные капельки, цветные рыбки, нитки.
8		Ориентировка в пространстве. Пространственные отношения: над, на, под слева	1	Учить ориентироваться в пространстве	Игровая деятельность. Упражнения

		справа			
9		Ориентация во времени. Утро. День вечер. Ночь	1	Учить ориентироваться во времени	Игровая деятельность Сюжетные еартинки
10		Ориентировка во времени. Времена года	1	Учить различать времена года	Игровая деятельность
11	<b>Развитие внимания (5 часов)</b>	Развитие объёма внимания	1	Развитие умения регулировать свои действия; 1.Формирование способности к переключению внимания, вхождения в деятельность; 2. Развитие адекватных представлений о своих возможностях;  3.Формирование умения доводить начатое дело до конца.	Образцы рисунков, бумага, карандаши, сюжетные картинки
12		Развитие концентрации внимания	1	Развитие умения регулировать свои действия;	Красно-черная таблица
13		Развитие концентрации внимания	1	Развитие умения регулировать свои действия;	Картинки» Найди предмет»
14		«Графический диктант» с выявлением закономерностей (по зрительному образцу)	1	.Формирование умения доводить начатое дело до конца	Демонстрационный материал. Работа в парах
15		Развитие произвольного внимания	1	Развитие умения регулировать свои действия;	Игра в парах. Бумага , карандаши
16		Тренировка	1	Развитие умения	Демонстрационный

		внимания		регулировать свои действия	материал. Картинки. Игра
17	<b>Развитие памяти (5 часов)</b>	Память (непосредственная, вербальная)	1	Учить запоминать информацию со слов	Игровая деятельность
18		Тренировка слуховой памяти	1	Целенаправленно заучивать и припоминать	Чтение сказки.
19		Зрительная память	1	Сохранение и воспроизведение полученных зрительных образов	Игра «Найди два одинаковых предмета»
20		Запоминание свойств предметов. Найди отличия	1	.Обучение приемам запоминания	Игровая деятельность
21		Память двигательная	1	. Обучение приемам запоминания	Игровая деятельность
22	<b>Развитие аналитико-синтетической деятельности (6 часов)</b>	Развитие наглядно-действенного мышления. Описание различных свойств окружающих предметов	1	Умение слушать и выполнять указания развивать навык сопоставления Развивать предметную и игровую деятельности, кругозор и образное мышление Внутри, над, под, снизу, сверху, между, слева, справа.	Игровой материал и наглядные пособия:4 вырезанных из бумаги круга диаметром 3 см, 4 круга диаметром 6 см, коробки для больших и маленьких кругов. Игровой материал и наглядные пособия: игрушечные петушок и собачка Игра «Подумай и положи».
23		Мышление (анализ)	1		
24		Мышление (сравнение). Зрительное восприятие формы	1		
25		Сравнение предметов по заданному признаку	1		
26		Выделение общего признака	1		
		Поиск закономерностей	1		
27	<b>Развитие личностно-мотивационной</b>	Умеем ли мы общаться?	1	Учить выражать доброжелательное отношение,	Демонстрационный материал Игровая

	<i>сферы (6 часов)</i>			уважение	деятельность
28		Знакомство с понятием «успех».	1	Учить выражать доброжелательное отношение, уважение и симпатию	Демонстрационный материал Игровая деятельность
29		Смешной и грустный человек	1	Овладение навыками управления своей эмоциональной сферой	
30		Знакомство с понятием «радость»	1		
31		Знакомство с понятием «страх»	1	Овладение навыками управления своей эмоциональной сферой	Демонстрационный материал Игровая деятельность
32		Знакомство с понятием «злость»	1	Овладение навыками управления своей эмоциональной сферой	Демонстрационный материал Игровая деятельность
33	Комплексное итоговое занятие (1 час)		1		

### **Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение Формы контроля**

Оценка результативности программы и динамики развития учащихся производилась по следующим критериям:

1. Оценка учебной деятельности педагогом.
2. Оценка психологом уровня когнитивного развития сравнительным анализом входящей (в начале учебного года) и итоговой диагностики. Оценка психологом качественного развития эмоционально – волевой и эмоционально – личностной сферы, уровня развития коммуникативных навыков. Также показателем эффективности курса являются данные, которые специалист ежегодно заносит в таблицы, прослеживая динамику развития познавательных способностей детей.
3. Изменение уровня психического развития, согласно данным индивидуально – диагностической карты, заполняемой психологом и/или специалистами ПШк.

### **Список литературы.**

1. Ковалько В. И. Младшие школьники на уроке: 1000 развивающих игр, упражнений, физкультминуток. - М: ЭКСМО
- 2.Кряжева Н. Л. Мир детских эмоций. - Ярославль: «Академия развития».
- 3.Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии, сборник игр и игровых упражнений. Л.А. Метиева, Э.Я. Удалова. -М.: «Книголюб»
- 4.Комплексная методика психомоторной коррекции // Под ред. А. В. Семенович
- 5.Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М.: ГЕНЕЗИС



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580821

Владелец Щуцкая Яна Юрьевна

Действителен с 26.02.2024 по 25.02.2025