

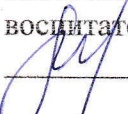
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Новосибирска «Средняя общеобразовательная школа № 222»

РАССМОТРЕНО

На заседании психолого -
педагогической службы
Протокол №1 от 26.08.2025 г.

Руководитель
ППС  /Н.В. Гетман/

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
воспитательной работе
 /О.А. Ушакова/

29 августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СОШ № 222
 /Д.Т. Яковлев/

29 августа 2025 г.



Приложение к АООП ОООВ
соответствие Ф А О П и ФГОС
РЕЕСТРУ ОДОБРЕНА решением
федерального учебно-методического
объединения по общему образованию
(протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22)

**Рабочая программа коррекционно-развивающего курса
«Психокоррекционный курс»: «Психокоррекционные занятия
(психологические)»**

для обучающихся с ОВЗ (ЗПР 7/7.1), ООО
(уровень общего образования)

Срок реализации 5 лет (5-9 класс)

(указать срок реализации программа, параллели, где реализуются программа)

2 часа в неделю /68 часов в год

(указать количество часов в неделю/год)

Составитель/разработчик

Гетман Н.В. (педагог-психолог высшей квалификационной, категории, к.п.н.)
(Ф.И.О., должность, квалификационная категория)

Г. Новосибирск

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Новосибирска «Средняя общеобразовательная школа № 222»

РАССМОТРЕНО

На заседании психолого -
педагогической службы
Протокол №1 от 26.08.2025 г.

Руководитель

ППС _____/Н.В. Гетман/

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
воспитательной работе

_____/О.А. Ушакова/

29 августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СОШ № 222
_____/Д.Т. Яковлев/

29 августа 2025 г.

Приложение к АООП ОООв
соответствие Ф А О П и ФГОС
РЕЕСТРУ ОДОБРЕНА решением
федерального учебно-методического
объединения по общему образованию
(протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22)

**Рабочая программа коррекционно-развивающего курса
«Психокоррекционный курс»: «Психокоррекционные занятия
(психологические)»**

для обучающихся с ОВЗ (ЗПР 7/7.1), ООО
(уровень общего образования)

Срок реализации 5 лет (5-9 класс)

(указать срок реализации программа ,параллели, где реализуются программа)

2 часа в неделю /68 часов в год

(указать количество часов в неделю/год)

Составитель/разработчик

Гетман Н.В. (педагог-психолог высшей квалификационной, категории, к.п.н.)

(Ф.И.О., должность, квалификационная категория)

Г. Новосибирск

Содержание программы
«Психокоррекционный курс»: «Психокоррекционные занятия (психологические)»

№	Содержание программы	Стр.
1.	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка/ Адресная группа	4
1.2	Цели и задачи реализации программы	7
1.3	Принципы и подходы к формированию программы	9
1.4	Перечень и содержание направлений работы	11
1.5	Механизмы реализации программы	14
1.6	Условия реализации программы	16
1.7	Оценка достижений обучающимися планируемых результатов освоения программы коррекционной работы	18
1.8	Планируемые результаты освоения обучающимися программы коррекционной работы педагога-психолога	21
1.9	Мониторинг освоения программы коррекционной работы	26
2.	Содержательный раздел	29
2.1	Описание реализации программы в соответствии с учетом используемых вариативных примерных основных образовательных программ основного общего образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания	29
2.2	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики их образовательных потребностей и интересов	31
2.3	Тематическое планирование	44
3.	Организационный раздел	64
3.1	Описание материально-технического обеспечения программы	64
3.2	Список использованной литературы	66

I. Целевой раздел

Коррекционный курс разработан в соответствии с требованиями ФАОП и Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., рег. номер – 64101) (далее – ФГОС ООО).

«Психокоррекционный курс»: «Психокоррекционные занятия (психологические)», является приложением к АООП ООО, одобренного решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию ФГОС РЕЕСТР (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22) и разработана для обучающегося. По заключению ТПМПК данный курс психолого - педагогического сопровождения развития когнитивных процессов, развитие динамического и организационного компонентов мышления, развития вербально - гностических и вербально-мнестических процессов. Раскрытие способностей и склонностей подростка. Обучение продуктивным навыкам преодоления стресса. Развитие навыка контроля эмоционального благополучия.

Программа коррекционной работы (ПКР) является неотъемлемым структурным компонентом основной образовательной программы образовательной организации. ПКР разрабатывается для обучающихся с трудностями в обучении и социализации. В соответствии с ФГОС НОО программа коррекционной работы должна быть направлена на осуществление индивидуально-ориентированной психолого-педагогической помощи детям с трудностями в обучении и социализации в освоении программы основного общего образования, их социальную адаптацию и личностное самоопределение.

Программа коррекционной работы обеспечивает:

- выявление индивидуальных образовательных потребностей обучающихся, направленности личности, профессиональных склонностей;
- систему комплексного психолого-педагогического сопровождения в условиях образовательной деятельности, включающего психолого-педагогическое обследование обучающихся и мониторинг динамики их развития, личностного становления, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий;
- успешное освоение основной общеобразовательной программы основного общего образования, достижение обучающимися с трудностями в обучении и социализации предметных, метапредметных и личностных результатов.

Программа коррекционной работы должна содержать:

- план диагностических и коррекционно-развивающих мероприятий, обеспечивающих удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей обучающихся и освоение ими программы основного общего образования;
- описание условий обучения и воспитания обучающихся, методы обучения и воспитания, учебные пособия и дидактические материалы, технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, особенности проведения групповых и индивидуальных коррекционно-развивающих занятий;
- описание основного содержания рабочих программ коррекционно-развивающих курсов;
- перечень дополнительных коррекционно-развивающих занятий (при наличии);
- планируемые результаты коррекционной работы и подходы к их оценке.

ПКР вариативна по форме и по содержанию в зависимости от образовательных потребностей, характера имеющихся трудностей и особенностей социальной адаптации обучающихся, региональной специфики и особенностей образовательного процесса в образовательной организации.

ПКР предусматривает создание условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать индивидуальные образовательные потребности обучающихся посредством дифференцированного психолого-педагогического сопровождения, индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

ПКР уровня основного общего образования непрерывна и преемственна с другими уровнями образования (начальным, средним). Программа ориентирована на развитие потенциальных возможностей обучающихся и их потребностей более высокого уровня, необходимых для дальнейшего обучения и успешной социализации.

ПКР может быть реализована при разных формах получения образования, включая обучение на дому и с применением дистанционных технологий. ПКР должна предусматривать организацию индивидуально-ориентированных коррекционно-развивающих мероприятий, обеспечивающих удовлетворение индивидуальных образовательных потребностей обучающихся в освоении ими программы основного общего образования. Степень включенности специалистов в программу коррекционной работы устанавливается самостоятельно образовательной организацией. Объем помощи, направления и содержание коррекционно-развивающей работы с обучающимся определяются на основании заключения психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК) и ТПМПК при наличии.

Реализация программы коррекционной работы предусматривает создание системы комплексной помощи на основе взаимодействия специалистов сопровождения и комплексного подхода к организации сопровождающей деятельности. Основным механизмом, обеспечивающим системность помощи, является психолого-педагогический консилиум образовательной организации.

1.1 Пояснительная записка / Адресная группа

Категория обучающихся с ЗПР – наиболее многочисленная группа среди обучающихся с ОВЗ, характеризующаяся крайней неоднородностью состава, которая обусловлена значительным разнообразием этиологических факторов, порождающих данный вид психического дизонтогенеза, что обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений.

Комплекс биосоциокультурных факторов, вызвавших у обучающегося задержку психического развития, включающий функциональную и/или органическую недостаточность центральной нервной системы, и отсутствие или недостаточность специализированной помощи на уровне начального общего образования приводят в ряде случаев к особой выраженности и стойкости данного нарушения развития, что определяет необходимость обеспечения специальных образовательных условий при обучении таких обучающихся на уровне основного общего образования.

При разработке программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 5–9 классов с задержкой психического развития (ЗПР) необходимо учитывать качественное изменение структуры дефекта в подростковом возрасте.

Если в начальной школе на первый план выходят незрелость игровой деятельности и трудности усвоения счета или письма, то в 5–9 классах первичным

дефектом становится несформированность регуляторной сферы. Подростки с ЗПР часто обладают достаточным запасом житейских знаний, но не могут ими оперировать из-за слабости волевого контроля.

Ниже представлены ключевые особенности этой категории обучающихся, которые должны лечь в основу целевых ориентиров и содержания ПКР психолога.

1. Дефицит произвольной регуляции и программирования деятельности

Это центральная особенность подростков с ЗПР. Лобные доли мозга, отвечающие за самоконтроль, созревают позже, а при ЗПР этот процесс значительно задержан.

- Проявления: Трудности удержания сложной многоступенчатой инструкции («прочитай, подчеркни глаголы, выпиши их в столбик»). Импульсивность: сначала делает — потом думает. Неспособность распределять время: подросток может потратить весь вечер на одну задачу по алгебре, потому что не умеет разбивать ее на этапы, или наоборот — бросить работу при первой же неудаче.
- Для ПКР: Целью ставится формирование метакогнитивных стратегий. Психолог учит не «быть внимательным», а использовать внешние опоры: таймеры (техника Помодоро), чек-листы самопроверки, матрицы Эйзенхауэра для планирования дня.

2. Дисгармония интеллектуального развития (инфантилизм)

При сохранном или пограничном невербальном интеллекте эмоционально-волевая сфера остается на уровне младшего школьного возраста.

- Проявления: Преобладание игровых мотивов над учебными даже в 9 классе. Реакция на оценку как на личное оскорбление или повод для обиды, а не как на индикатор качества работы. Склонность к конформизму: подросток нарушает правила не ради бунта, а чтобы понравиться лидеру группы. Отсутствие учебной перспективы: вопрос «Зачем мне это учить?» ставит в тупик, так как связь между оценкой сегодня и профессией через 5 лет недоступна.
- Для ПКР: Работа строится на поиске внутренней мотивации. Психолог связывает школьные задачи с актуальными интересами подростка (например, изучение физики через устройство компьютера, русский язык — через ведение блога без ошибок).

3. Личностная и ситуативная тревожность (включая логофобию)

Подростки с ЗПР крайне уязвимы к ситуациям публичного оценивания. Страх ошибки парализует любые имеющиеся у них знания.

- Проявления: Отказ выходить к доске, ступор во время контрольных работ, психосоматические реакции (боли в животе, тошнота перед школой). Избегание групповой работы. Высокая чувствительность насмешкам сверстников, острая реакция на критику учителя.
- Для ПКР: Обязательное включение модулей по управлению стрессом. Обучение техникам мышечной релаксации (по Джекобсону), диафрагмальному дыханию. Использование метода систематической десенсибилизации: постепенное привыкание к ситуации опроса (ответ сначала психологу → другу → малой группе → классу).

4. Слабость вербализации эмоций и алекситимия

Подростки с ЗПР плохо понимают свои чувства и еще хуже — чувства других людей. Это ведет к агрессивным вспышкам или уходу в себя.

- Проявления: На вопрос «Что ты чувствуешь?» отвечают «Ничего» или путают гнев со страхом. Не считывают интонацию собеседника (не видят сарказма или скрытой угрозы). Эмоциональные всплески происходят внезапно для окружающих, так как стадия накопления напряжения была пропущена самим подростком.
- Для ПКР: Развитие эмоционального интеллекта через визуальные инструменты. Использование «Колеса эмоций» Плутчика, термометра настроения, дневников чувств. Обучение распознаванию микровыражений лица по фотографиям и видео.

5. Нарушение временной перспективы и профессионального самоопределения

У подростков с ЗПР нарушено восприятие времени. Будущее кажется либо недостижимым, либо слишком туманным.

- Проявления: Жить «здесь и сейчас». Непонимание последствий своих действий (прогуливаю сегодня — не сдаю ОГЭ летом). Выбор профессии случайный, основанный на внешней атрибутике («хочу быть полицейским, потому что там форма красивая»), без учета когнитивных требований специальности.
- Для ПКР: Введение элементов карьерного коучинга. Вместо абстрактных тестов профориентации используется метод конкретных профессиональных проб (экскурсии, встречи со специалистами, волонтерство). Психолог помогает выстроить цепочку: К примеру- «Сегодня я учу химию → завтра сдаю ОГЭ → послезавтра поступаю в медколледж → через 5 лет работаю массажистом/фармацевтом».

6. Особенности межличностных отношений (статус в коллективе)

В иерархии класса подростки с ЗПР чаще всего занимают позицию «отвергаемых» или ведомых.

- Проявления: Трудности установления контакта со сверстниками. Попытки купить дружбу (раздает деньги, гаджеты) или, наоборот, демонстративное нарушение дисциплины, чтобы привлечь внимание. Высокая виктимность (риск стать жертвой буллинга).
- Для ПКР: Тренинги коммуникативных навыков (Soft Skills) с акцентом на ненасильственное общение. Обучение скриптам начала разговора, поддержания диалога, отказа. Создание ситуаций успеха в проектной деятельности, где подросток выступает экспертом в доступной ему области (спорт, компьютерные игры, ремесло).

Специфика формулировок в ПКР педагога-психолога

При составлении программы цели должны звучать функционально, а не клинически:

Клинический подход (избегать)	Функциональный подход (для ПКР)
Коррекция несформированности лобных отделов.	Формирование навыка пошагового планирования учебной задачи с опорой на визуальный алгоритм.
Повышение концентрации внимания.	Увеличение времени непрерывной продуктивной работы на уроке до 20 минут с использованием таймера.

Развитие словесно-логического мышления.	Обучение приемам выделения главной мысли текста и составления тезисного плана ответа.
Снижение уровня агрессии.	Освоение алгоритма конструктивного разрешения конфликта (Я-сообщение → предложение компромисса).

Важное условие эффективности: Для данной возрастной категории работа психолога должна вестись не только индивидуально или в малых группах, но и обязательно включать консультирование учителей-предметников. Если учитель географии требует от подростка с ЗПР мгновенного устного ответа у карты, вся предыдущая работа психолога по снижению тревоги может быть перечеркнута. ПКР должна предусматривать адаптацию методов опроса учителем (письменные ответы вместо устных, предоставление дополнительного времени).

Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития (АООП ООО обучающихся с ЗПР) – это образовательная программа, адаптированная для обучения данной категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, особых образовательных потребностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

1.2 Цель и задачи психолого-педагогического сопровождения

Одной из актуальных проблем современной системы образования является проблема повышения эффективности учебно-воспитательного процесса и преодоления неуспешности усвоения программы обучения и, как следствие, школьной дезадаптации воспитанников. Однако практика показывает, что, несмотря на большое внимание, уделяемое совершенствованию содержания образования и методик обучения, оснащению образовательных учреждений, учить всех и учить хорошо при существующей традиционной организации учебного процесса невозможно.

Постоянно увеличивается количество детей, которые по различным причинам оказываются не в состоянии за отведенное время и в необходимом объеме усвоить учебную программу. По данным Министерства образования РФ, 78% учащихся нуждаются в специальных формах и методах обучения.

В последнее время наиболее распространенной формой психической патологии детского возраста становится задержка психического развития (ЗПР). Чаще всего она выявляется с началом обучения ребенка в подготовительной группе детского сада или в школе, особенно в возрасте 11-15 лет, так как этот возрастной период обеспечивает большие диагностические возможности с возрастающим объемом знаний в инклюзивных классах и вследствие усугубляющихся трудностей на последующих этапах выпадают из процесса обучения.

Данная психолого-педагогическая программа направлена на детей, имеющих трудности в усвоении программы в связи с задержкой психического развития. Она является частью системы по оказанию комплексной помощи обучающимся с ОВЗ (ЗПР) в освоении адаптированной основной образовательной программы на основной ступени обучения (5-9 классы). В программе описываются направления,

формы и методы работы, направленные на коррекцию недостатков в психическом развитии обучающихся, их социальную адаптацию.

Нормативно-правовой и документальной основой программы являются:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от
3. 28 сентября 2020 г.28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648- 20—Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от20.11.2020 № 655 "О внесении изменения в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам -
5. образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 августа 2020 г. № 442";
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации От 11.12.2020 № 712
7. «О внесении изменений в некоторые ФГОС общего образования по вопросам воспитания обучающихся»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от20.05.2020 № 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями осуществляющими образовательную деятельность";
9. Письмо Минобрнауки России от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
10. Адаптированная образовательная программа для детей ОВЗ в МАОУ «СОШ №222»;
11. Учебный МАОУ «СОШ №222»;
12. Устав МАОУ «СОШ №222».

Организация коррекционно-развивающей работы предполагает проведение занятий индивидуально и в подгруппах от 2 до 7 человек и индивидуально продолжительностью 30 минут и периодичностью 2 раза в неделю.

Цель курса – развитие и коррекция познавательной, личностной, эмоциональной, коммуникативной, регуляторной сфер обучающегося, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

Задачи курса:

- формирование учебной мотивации, стимуляция развития познавательных процессов;
- коррекция недостатков осознанной саморегуляции познавательной деятельности, эмоций и поведения, формирование навыков самоконтроля;
- гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки;

- становление личностного и профессионального самоопределения, формирование целостного «образа Я»;
- развитие различных коммуникативных умений, приемов конструктивного общения и навыков сотрудничества;
- стимулирование интереса к себе и социальному окружению;
- развитие продуктивных видов взаимоотношений с окружающими сверстниками и взрослыми;
- предупреждение школьной и социальной дезадаптации;
- становление и расширение сферы жизненной компетенции.

Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся сЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста – общение.

В ходе коррекционно-развивающего занятия педагогу-психологу важно учитывать принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы, диалога.

Также в процессе работы необходимо сохранять руководящий контроль со стороны взрослого формирования жизнеспособности, обеспечивать положительную обратную связь, делать акцент на развитии навыков саморегуляции.

1.3. Основные принципы психолого-педагогического сопровождения

Психолого-педагогические условия реализации АООП ООО обучающихся с ЗПР должны обеспечивать возможность преодоления/ослабления нарушений в развитии познавательной, эмоциональной, регуляторной и коммуникативной сфер личности обучающегося с ЗПР.

Дифференцированный подход к образованию обучающихся с ЗПР находит отражение в индивидуализации содержания психолого-педагогических условий на уровне основного общего образования, определяемых на психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации (ППк) применительно к каждому обучающемуся с ЗПР.

Психолого-педагогические условия реализации АООП ООО обучающихся с ЗПР должны соответствовать их особым потребностям и включать:

- преемственность в содержании образования и коррекционно-развивающей помощи на уровнях начального и основного общего образования;
- особую пространственную и временную организацию образовательной среды и процесса обучения с учетом особенностей подростка с ЗПР;
- использование специальных методов и приемов, средств обучения, специальных дидактических и методических материалов с учетом специфики трудностей в овладении предметными знаниями на уровне основного общего образования и формировании сферы жизненной компетенции;
- несущественное сокращение объема изучаемого материала по основным предметам за счет устранения избыточных по отношению к основному содержанию требований;

- введение специальных коррекционных курсов и коррекционно-развивающих занятий, направленных на компенсацию недостатков познавательного, эмоционального и коммуникативного развития;
- создание организационных, мотивационных и медико-психологических условий для поддержания умственной и физической работоспособности с учетом индивидуальных психофизических особенностей обучающегося с ЗПР;
- обеспечение системы комплексной психолого-педагогической помощи обучающимся с ЗПР в условиях образовательной организации (в том числе на основе сетевого взаимодействия);
- организацию психолого-педагогического сопровождения, направленного на коррекцию и ослабление имеющихся нарушений в познавательной, речевой, эмоциональной, коммуникативной, регулятивной сферах;
- осуществление коррекции познавательной деятельности и речевой сферы в процессе реализации образовательных программ основного общего образования при реализации программы коррекционной работы на уровне основного общего образования как основы коррекции имеющихся у обучающегося с ЗПР нарушений;
- осуществление психологического и социального сопровождения обучающегося с ЗПР, направленное на его личностное становление и профессиональное самоопределение, на профилактику социально нежелательного поведения, развитие навыков соблюдения правил кибербезопасности приобщении в социальных сетях;
- специальные групповые психокоррекционные занятия по формированию саморегуляции познавательной деятельности и поведения; закрепление и активизация навыков социально одобряемого поведения;
- психологическое сопровождение, оптимизирующее взаимодействие семьи и ребенка; поддержку и включение семьи в процесс абилитации обучающегося средствами образования и ее особую подготовку силами специалистов;
- возможность тьюторского сопровождения, необходимость и длительность которого определяется психолого-педагогическим консилиумом образовательной организации;
- мониторинг динамики индивидуальных образовательных достижений и уровня психофизического развития обучающегося с ЗПР;
- мониторинг соответствия созданных условий особым образовательным потребностям обучающегося с ЗПР на уровне основного общего образования.

Помимо используемых общих для всех обучающихся видов деятельности, следует усилить виды деятельности, специфичные для данной категории обучающихся, обеспечивающие осмысленное освоение содержания образования как в его академической части, так и в части формирования социальных (жизненных) компетенций: усиление предметно-практической деятельности с активизацией сенсорных систем; чередование видов деятельности, задействующих различные сенсорные системы; освоение материала с опорой на алгоритм; «пошаговость» в изучении материала; использование дополнительной визуальной опоры (планы, образцы, схемы, шаблоны, опорные таблицы). Для развития у обучающихся с ЗПР умения делать выводы, формирования грамотного речевого высказывания необходимо использовать опорные слова и клише. Особое внимание уделить обучению структурирования материала: составлению рисуночных и вербальных

схем, таблиц, классификаций с обозначенными основаниями для классификации и наполнению их примерами и др.

Организация процесса обучения обучающихся с ЗПР предусматривает применение здоровьесберегающих технологий. Для обучающихся с ЗПР необходимы:

- рациональная смена видов деятельности на уроке с целью предупреждения быстрой утомляемости обучающихся; организация подвижных видов деятельности, динамических пауз;
- использование коммуникативных игр для решения учебных задач и формирования положительного отношения к учебным предметам;
- формирование культуры здорового образа жизни при изучении предметов и коррекционных курсов;
- формирование комфортной психологической атмосферы в процессе общения со сверстниками и преподавателями на занятиях по учебным предметам, коррекционным курсам и во внеурочное время.

Принцип приоритетности интересов обучающегося определяет отношение педагогов к помощи в развитии ребенку с учетом его индивидуальных образовательных потребностей.

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

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

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

Принцип комплексности коррекционного воздействия предполагает необходимость всестороннего изучения обучающихся и предоставления квалифицированной помощи специалистов разного профиля с учетом их особых образовательных потребностей и возможностей психофизического развития на основе использования всего многообразия методов, техник и приемов 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.

1.4. Перечень и содержание направлений работы с детьми с ЗПР

Направления работы педагога-психолога с обучающимися 5–9 классов, имеющими задержку психического развития (ЗПР), выстраиваются вокруг компенсации регуляторной недостаточности и преодоления вторичных личностных нарушений (тревожности, низкой самооценки).

Ниже представлен перечень направлений с подробным содержанием каждого из них.

Направление 1. Психодиагностическое

Цель: выявление актуального уровня развития познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы и особенностей социальной адаптации для постановки точных коррекционных задач.

- Диагностика регуляторного компонента: оценка функций программирования и контроля (пробы на реакцию выбора, таблицы Шульте в модификации, методика «Сложные аналогии» для оценки способности следовать правилу).
- Оценка мотивационно-потребностной сферы: проективные методики («Незаконченные предложения», рисунок «Я через 10 лет»), опросники учебной мотивации, анализ профессиональных склонностей с учетом ограничений ЗПР.
- Исследование эмоционально-личностной сферы: диагностика уровня школьной и личностной тревожности (Филлипс, Спилбергер-Ханин), определение типа акцентуации характера, выявление признаков депрессивных состояний или аутоагрессии (характерно для подростков с чувством несостоятельности).
- Социальная перцепция: тесты на понимание социальных ситуаций и эмоций других людей (например, тест Гилфорда на социальный интеллект в адаптированном варианте).

Направление 2. Коррекционно-развивающее (когнитивный блок)

Цель: развитие высших психических функций (ВПФ) как базы для усвоения образовательной программы.

- Развитие произвольного внимания: тренировка избирательности, распределения и переключения внимания. Использование техник активного слушания и визуальных опор при работе с текстами учебников.
- Коррекция мнестической деятельности: обучение мнемотехникам, структурированию материала (метод пиктограмм, интеллект-карты Бьюзена). Переход от механической памяти к логической.
- Развитие мышления: формирование навыков анализа, синтеза, сравнения и классификации на абстрактном материале. Особое внимание уделяется установлению причинно-следственных связей (почему произошло историческое событие, что будет, если изменить условие в задаче по физике).
- Формирование внутреннего плана действий: выполнение заданий «в уме» без опоры на наглядность, проговаривание алгоритмов решения шепотом перед переходом во внутренний план.

Направление 3. Коррекционно-развивающее (регуляторный блок — ключевой для ЗПР)

Цель: формирование осознанной саморегуляции, планирования и самоконтроля.

- Тренинг целеполагания: техника SMART применительно к учебе (постановка конкретной цели: не «подтянуться по математике», а «решать линейные уравнения без ошибок в знаках»).
- Обучение тайм-менеджменту: использование матриц Эйзенхауэра, канбан-досок (колонки: «Надо сделать / Делаю / Сделано») для планирования домашних заданий.
- Алгоритмизация деятельности: создание универсальных чек-листов самопроверки любой работы (проверил ли я заголовок, подпись к графику, орфографию терминов).
- Преодоление импульсивности: введение паузы между стимулом и реакцией (прием «Стоп-Рассмотри-Выбери-Действуй»). Работа со счетными техниками для снятия порыва ответить сразу.

Направление 4. Коррекционно-развивающее (эмоционально-волевой блок)

Цель: снижение тревоги, формирование адекватной самооценки и навыков совладания со стрессом.

- Работа с логофобией и страхом неуспеха: когнитивно-поведенческая терапия автоматических мыслей («Если я ошибусь, все будут смеяться»). Остановка катастрофизации.
- Обучение релаксационным техникам: нервно-мышечная релаксация по Джекобсону, диафрагмальное дыхание, техники заземления (grounding) для использования перед ответом у доски или контрольной работой.
- Развитие эмоционального интеллекта: распознавание своих и чужих чувств. Ведение дневника настроения. Разбор этюдов и фрагментов фильмов для анализа невербального поведения персонажей.
- Формирование копинг-стратегий: обучение навыкам конструктивного реагирования на критику учителя и насмешки сверстников (ассертивное поведение).

Направление 5. Консультационное и просветительское

Цель: создание единого образовательного пространства и адаптация среды под нужды подростка.

- Работа с педагогическим составом: консультирование учителей-предметников об особенностях восприятия подростков с ЗПР. Рекомендации по адаптации требований: дробление инструкций, предоставление дополнительного времени, замена устного ответа письменным черновиком, приоритет оценки за процесс, а не только за результат.
- Работа с родителями: просвещение о нормативах подросткового кризиса на фоне ЗПР. Обучение родителей методам поддержки без гиперопеки (как передать ответственность за уроки ребенку). Профилактика конфликтов в семье на почве школьных неудач.
- Работа с администрацией школы: участие в разработке индивидуального учебного плана (ИУП), рекомендаций по итоговой аттестации (выбор облегченного формата экзаменов).

Направление 6. Профориентационное

Цель: формирование реалистичного профессионального плана с учетом структуры дефекта.

- Диагностический этап: исключение профессий, требующих высокой скорости реакции, многозадачности, идеальной грамотности или длительного вербального контакта (например, авиадиспетчер, синхронный переводчик, оператор колл-центра).
- Информационный этап: знакомство с миром профессий через конкретные действия (экскурсии на производства, мастер-классы, встречи с выпускниками колледжей).
- Развивающий этап: помощь в составлении портфолио достижений (включая хобби, спорт, волонтерство), которое может компенсировать средние баллы аттестата при поступлении.
- Выбор траектории: содействие в подборе специальностей СПО, где ценится практико-ориентированный подход (ИТ-сферы начального уровня, технические специальности, сфера услуг, творческие профессии, ремесло).

Направление 7. Социально-диспетчерское

Цель: маршрутизация семьи в случае необходимости дополнительной помощи.

- Направление на консультации к смежным специалистам при выявлении коморбидных состояний: врачу-психиатру (при подозрении на эндогенную депрессию или СДВГ), неврологу (для медикаментозной поддержки регуляции тонуса), клиническому психологу или семейному психотерапевту (при глубоких семейных дисфункциях).

Важное методическое примечание: для обучающихся 9 классов содержание всех направлений должно быть жестко привязано к подготовке к процедуре государственной итоговой аттестации (ОГЭ), фокусируясь на психологической готовности выдержать марафон экзамена, удержать инструкцию КИМа и справиться со стрессом в аудитории.

1.5. Механизмы реализации программы

Механизмы реализации программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 5–9 классов с ЗПР — это система организационных, методических и содержательных условий, которые позволяют перевести теоретические задачи в реальные изменения поведения и успеваемости подростка. В отличие от начальной школы, где психолог часто работает «вместо» или «за» ребенка, в среднем звене механизмами становятся опосредование, самоинструктаж и междисциплинарное взаимодействие.

1. Организационно-управленческие механизмы

Эти механизмы обеспечивают легитимность и системность работы специалиста.

- Функционирование школьного психолого-педагогического консилиума (ППк). Это главный координирующий орган. Реализация ПКР невозможна без ежеквартальных заседаний ПМПк, где анализируются данные мониторинга всех специалистов. Психолог выносит на консилиум динамику регуляторной сферы, а учитель-дефектолог и предметники — академическую. На основе этого принимается решение об изменении стратегии помощи.
- Индивидуальные консультации по результатам диагностики. Механизм перехода от «цифры» к действию. После проведения стартовой диагностики психолог проводит обязательную встречу с классным руководителем и учителями-предметниками. Цель — не просто выдать протокол, а адаптировать требования: договориться о дроблении инструкций, возможности сдачи письменного конспекта вместо устного ответа, использовании опорных схем на уроке.
- Разработка и реализация АООП (Адаптированной образовательной программы) / ИУП (Индивидуального учебного плана). Психолог выступает консультантом при разработке индивидуального образовательного маршрута. Механизм реализуется через внесение в план специфических форм аттестации (например, замена устного экзамена по иностранному языку проектом с визуальной презентацией).

2. Содержательно-методические механизмы

Это способы непосредственного воздействия на психику подростка.

- Принцип экстернализации (вынесения вовне) внутренних функций. Поскольку у подростков с ЗПР слаб внутренний самоконтроль, психолог учит их делать регуляцию внешней.

- ✓ Реализация: использование таймеров (программных Pomodoro-трекеров или физических часов), чек-листов самопроверки («Проверь: подписал ли я оси графика? Проверил ли орфографию?»), цветового кодирования задач в электронном дневнике.
 - Метакогнитивное обучение (обучение тому, как учиться). Психолог не дает знания по физике или истории, но учит мозг подростка обрабатывать эти знания.
 - ✓ Реализация: уроки по составлению интеллект-карт вместо линейных конспектов; обучение алгоритму для работы с параграфом учебника; разбор логической структуры тестовых заданий ОГЭ.
 - Когнитивно-поведенческий подход (КПТ) в групповой работе. Основной механизм коррекции тревожности и низкой самооценки.
 - ✓ Реализация: тренинговые группы по 6–8 человек. Работа с «Автоматическими мыслями». Подросток учится фиксировать мысль («Я получу двойку, потому что я тупой»), находить когнитивное искажение (сверхобобщение) и заменять ее на рациональную («Я могу ошибиться, так как не повторил тему X, мне нужно сесть за нее сегодня»).
 - Метод формирующего эксперимента (обучающий эксперимент). Вместо простой констатации «он не умеет планировать», психолог создает ситуацию, где умение формируется здесь и сейчас.
 - ✓ Реализация: совместное выполнение сложного проекта (например, подготовка доклада). Психолог проговаривает каждый свой шаг планирования вслух, создавая модель, затем передает инициативу подростку, сопровождая его наводящими вопросами.
3. Технологические механизмы (формы работы)
- Групповая форма (Тренинги):
 - ✓ Коммуникативные тренинги: развитие навыков ассертивного (уверенного) поведения, умения говорить «нет», выходить из конфликта без агрессии. Для 5–7 классов акцент на ролевой игре, для 8–9 — на анализе реальных кейсов школьной жизни.
 - ✓ Профориентационный тренинг: профессиональные пробы в миниатюре (создание логотипа, написание резюме, прохождение стресс-интервью).
 - Индивидуальная форма (Сопровождение):
 - ✓ Регулярные сессии (раз в 2 недели): работа с глубинными страхами, личными травмами, детско-родительскими отношениями, если они блокируют учебу.
 - ✓ Оперативные встречи (по запросу): снятие острого стресса перед контрольной работой, разбор конкретной конфликтной ситуации с учителем.
 - Интеграция в цифровую среду: Использование образовательных платформ и мессенджеров. Психолог может создать закрытый Telegram-канал класса с техниками саморегуляции, напоминаниями о дедлайнах или короткими видеоуроками «Как успокоиться за 2 минуты».
4. Межведомственные и семейные механизмы
- Семейное консультирование с элементами коучинга. Механизм переноса навыков из школы домой. Психолог обучает родителей перестать выполнять функцию «надзирателя». Инструмент: введение семейного совета раз в неделю,

где распределяются обязанности по дому и контролируется график отдыха/нагрузки подростка силами самого подростка.

- Междисциплинарный трансфер технологий. Психолог передает инструменты другим специалистам.
- Взаимодействие со службой сопровождения СПО/ВУЗов. В 9 классе механизмом становится передача сведений (с согласия родителей) в колледжи о сильных сторонах выпускника (например, развитое наглядно-действенное мышление, ответственность) для помощи в адаптации на первом курсе.

Специфика механизмов для подготовки к ГИА (8–9 классы)

Для успешной реализации ПКР в этот период добавляются узкоспециализированные механизмы:

1. Психологическая симуляция экзамена: проведение пробников в условиях, максимально приближенных к реальным (строгое время, видеонаблюдение, бланки ФИПИ) для десенсибилизации страха аудитории.
2. Обучение распределению ресурсов: разбор КИМов на задания базового и высокого уровня сложности, обучение правилу «Сначала беру все легкие баллы, потом возвращаюсь к сложным».
3. Работа с родителями по снятию давления: разъяснительная работа о том, что передача ОГЭ возможна и не является жизненной катастрофой, чтобы снизить уровень семейной тревоги, который считывает подросток.

1.6. Условия реализации программы

Условия реализации программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога — это совокупность ресурсов, нормативных оснований и средовых факторов, без которых выполнение задач программы становится невозможным или неэффективным. Для обучающихся 5–9 классов с ЗПР эти условия имеют свою специфику, связанную с переходом в подростковый возраст и усложнением учебного материала.

1. Нормативно-правовые условия

Обеспечение легитимности деятельности психолога и права детей на особые условия обучения.

- Наличие заключений ПМПК. У каждого обучающегося должно быть актуальное заключение психолого-медико-педагогической комиссии с рекомендацией обучения по Адаптированной основной общеобразовательной программе (АООП) для обучающихся с ЗПР (варианты 7/ 7.1).
- Локальные акты образовательной организации. Наличие утвержденного Положения о ППк (консилиуме), Положения об организации ПКР, приказов директора о создании службы сопровождения.
- Документация специалиста. Утвержденная рабочая программа ПКР педагога-психолога, календарно-тематическое планирование, журналы учета видов работ (индивидуальных и групповых), карты динамического наблюдения, протоколы диагностики.
- Согласия родителей. Наличие письменных согласий законных представителей на проведение психологической диагностики и коррекционных занятий.

2. Организационно-содержательные условия

Структурирование рабочего времени и интеграция психолога в образовательный процесс.

- Расписание занятий. Выделение «окон» в расписании обучающихся 5–9 классов. Занятия не должны проводиться за счет уроков физической культуры, технологии или основных предметов, где формируются метапредметные навыки. Оптимально — использование часов внеурочной деятельности.
- Циклограмма работы специалиста. Четкое распределение времени: диагностика (особенно в начале и конце года), групповая работа (тренинги), индивидуальное консультирование, просветительская работа с педагогами, методическая работа.
- Включение в систему ВШК (внутришкольного контроля). Регулярное участие в заседаниях ППк (не реже 1 раза в четверть/полугодие) для синхронизации целей с учителем-дефектологом, логопедом и социальным педагогом.
- Координация с классными руководителями. Классный руководитель выступает основным информантом психолога о поведении ребенка на переменках, его конфликтах и эмоциональном состоянии в течение дня.

3. Материально-технические условия

Организация пространства, соответствующего возрастным особенностям подростков с ЗПР.

- Кабинет педагога-психолога. Должен быть зонирован:
 - ✓ Учебно-коррекционная зона: столы для индивидуальной и групповой работы (на 6–8 человек), флипчарт или маркерная доска.
 - ✓ Зона релаксации: мягкие кресла-мешки или ковер, приглушенный свет, звукоизоляция. Подросткам с ЗПР критически важно иметь место для «эмоциональной разгрузки», так как они быстро истощаются.
- Диагностический инструментарий. Наличие протоколов и стимульного материала, адаптированного именно для среднего и старшего школьного возраста (например, тесты Амтхауэра, Гилфорда, Шульте-Горбова, проективные методики для подростков — «Несуществующее животное», Дом-Дерево-Человек, опросники Филлипса, Баса-Дарки).
- Раздаточный материал. Изготовление индивидуальных наборов карточек: чек-листы самопроверки, схемы тайм-менеджмента, алгоритмы решения конфликтов, которые подросток может носить с собой.
- Мультимедийное оборудование. Проектор или интерактивная панель для демонстрации видеофрагментов (разбор кейсов из фильмов), использования нейропсихологических тренажеров (например, интерактивные таблицы Шульте) и презентаций по профориентации.

4. Программно-методические условия

Научно-методическая база, на которую опирается специалист.

- Методики формирования регуляторного звена. Доступ к технологиям Л.С. Цветковой (методы восстановления и коррекции высших психических функций), Н.М. Пылаевой и Т.В. Ахутиной (программы развития внимания и зрительно-моторных навыков у школьников).
- Программы тренингов. Готовые модули социально-психологических тренингов для подростков, направленные на развитие эмоционального интеллекта, коммуникативных навыков и профилактику рискованного поведения.
- Банк данных диагностического минимума. Стандартизированный перечень методик для стартового, промежуточного и итогового мониторинга (оценка школьной тревожности, мотивации, уровня самоконтроля).
- Материалы по профориентации. Специализированные пособия для подростков с ОВЗ, атласы профессий, учитывающие ограничения при ЗПР (исключение сфер, требующих высокой скорости переключения и многозадачности).

5. Кадровые условия

Компетенции самого специалиста и уровень взаимодействия коллектива.

- Профессиональная квалификация. Педагог-психолог должен иметь высшее профильное образование и пройти курсы повышения квалификации по направлениям «Нейропсихология детского возраста», «Психология подростка», «Диагностика и коррекция нарушений развития».
- Готовность педагогического состава к взаимодействию. Ключевое условие — понимание учителями-предметниками сути дефекта при ЗПР. Психолог должен провести для них семинары-практикумы на темы: «Как давать инструкции подростку с дефицитом внимания», «Способы снижения когнитивной нагрузки на уроке».
- Командная работа. Наличие налаженной связи между психологом, учителем-дефектологом и логопедом. Например, если дефектолог работает над пониманием причинно-следственных связей в тексте, психолог закрепляет этот навык через анализ жизненных ситуаций на тренинге.

6. Социально-психологические условия

Создание благоприятной атмосферы в школе и семье.

- Формат отношений «Взрослый – Взрослый». Переход от позиции опеки (характерной для начальной школы) к партнерству. Подросток с ЗПР крайне чувствителен к инфантилизации. Условием успеха является уважение к его мнению при составлении плана коррекции.
- Безопасная среда. Нулевая толерантность к насмешкам над речью, медлительностью или ошибками. Психолог совместно с администрацией должен обеспечить механизмы быстрой реакции на буллинг.
- Конструктивная позиция семьи. Родители должны понимать разницу между «ленью» и «невозможностью организовать себя из-за незрелости лобных долей». Условием является отказ родителей от гиперопеки и жесткого давления в пользу поддержки выработанных психологом алгоритмов дома.
Без соблюдения этих условий программа ПКР рискует остаться набором разрозненных упражнений, результаты которых не будут переноситься в реальную учебную деятельность и жизнь подростка.

1.7. Оценка достижений обучающимися планируемых результатов освоения программы коррекционной работы

Оценка достижений планируемых результатов освоения программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 5–9 классов с ЗПР носит комплексный характер. Она отличается от оценки предметных знаний: психолог оценивает не то, **что** знает подросток, а то, **как** он учится, управляет собой и взаимодействует с миром.

Оценка строится на сопоставлении данных стартовой диагностики (сентябрь), промежуточного среза (декабрь/январь) и итогового контроля (май).

Формы проведения процедуры оценки

1. Повторная психодиагностика. Использование тех же методик, что применялись в начале года, для фиксации количественного сдвига.
2. Экспертное наблюдение. Оценка поведения специалистами ППк (психологом, классным руководителем, учителями-предметниками) по заранее разработанным критериям.

3. Метод экспертных карт и чек-листов. Заполнение подростком или специалистом листов самооценки сформированности навыков саморегуляции.
4. Анализ продуктов деятельности. Изучение школьных тетрадей (насколько планомерно оформлено решение задач), черновиков, портфолио проектов.
5. Структурированное интервью (беседа). Обсуждение с подростком его ощущений («Легче ли тебе стало готовиться к урокам?», «Как ты справляешься с волнением?»).

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Планируемые результаты ПКР делятся на три уровня:

- Формальный: навык появился при активной помощи взрослого.
- Предметный (функциональный): навык используется стабильно в кабинете психолога или на конкретном уроке.
- Личностный (бытийный): навык перенесен в повседневную жизнь и ситуации высокого стресса (экзамены, конфликты).

Ниже представлена матрица оценки ключевых направлений работы.

Направление 1. Регуляторная сфера (произвольность)

Планируемый результат: Освоение приемов планирования, самоконтроля и волевой регуляции.

Индикатор	06 — Результат не достигнут	16 — Минимальный уровень	26 — Базовый уровень	36 — Повышенный уровень
Следование инструкции	Выполняет только первую часть задания, теряет цель. Требуется пошаговое сопровождение.	Удерживает инструкцию из 2-х звеньев при наличии зрительной опоры (карточки).	Самостоятельно удерживает алгоритм из 3–4 действий до конца работы.	Составляет собственный алгоритм выполнения сложной задачи.
Самоконтроль ошибок	Не видит ошибок даже после указания учителя.	Находит ошибку только при построчной проверке вместе со взрослым.	Использует предложенный чек-лист самопроверки перед сдачей работы.	Внутренний контроль: исправляет ошибки в процессе письма/решения без внешних опор.
Управление временем	Деятельность хаотична, часто не успевает доделать работу на уроке.	Работает в темпе класса только при постоянном напоминании учителя «осталось 5 минут».	Ориентируется на таймер, самостоятельно делит задачу на временные отрезки.	Рационально распределяет время на контрольной работе (проходит бланк ОГЭ по стратегии).

Направление 2. Эмоционально-волевая сфера

Планируемый результат: Снижение школьной тревожности, формирование адекватной реакции на стресс.

Индикатор	06 — Результат не достигнут	16 — Минимальный уровень	26 — Базовый уровень	36 — Повышенный уровень
Реакция на неудачу	Аффективный взрыв (слезы, крик, отказ от работы), уход с урока.	Обида, снижение мотивации на весь день, требуется утешение взрослого.	Проговаривает свое состояние («Я злюсь, потому что не понял»). Делает паузу.	Конструктивно использует ситуацию как опыт («В следующий раз я распишу этот пример подробнее»).
Физиологический стресс	Психосоматика перед контрольным и (тошнота, боли), пропуски занятий.	Учащенное дыхание, тремор рук у доски, бледность. Справляется после долгого уговора.	Применяет изученные техники дыхания (по квадрату) для снятия напряжения за 1–2 минуты.	Сохраняет работоспособность и контакт в глазах в условиях реального экзаменационного стресса.
Социальные страхи	Полный отказ от публичных выступлений (мутизм).	Отвечает у доски только учителю, отвернувшись от класса.	Выступает перед малой группой (4 человека).	Свободно отвечает с места или у доски перед всем классом, участвует в дебатах.

Направление 3. Коммуникативная компетентность

Планируемый результат: Развитие навыков конструктивного общения и разрешения конфликтов.

Индикатор	06 — Результат не достигнут	16 — Минимальный уровень	26 — Базовый уровень	36 — Повышенный уровень
Разрешение конфликта	Ответная агрессия (драка) или полная пассивность (жертва буллинга).	Идет жаловаться учителю, не пытаясь решить вопрос сам.	Использует технику «Я-сообщения» после подсказки взрослого.	Самостоятельно предлагает компромисс или выходит из деструктивного диалога.
Считывание контекста	Буквальное понимание речи, не понимает сарказм,	Понимает прямые эмоции (радость/злость), но путается в полутонах.	Распознает интонацию собеседника, считывает невербальные	Гибко меняет стиль общения в зависимости от статуса собеседника

	шутки, скрытые намеки.		сигналы в 70% случаев.	(друг / учитель / директор).
--	------------------------------	--	---------------------------	---------------------------------

Направление 4. Профессиональное самоопределение (8–9 классы)

Планируемый результат: Формирование первичного профессионального плана.

Индикатор	06 — Результат не достигнут	16 — Минимальны й уровень	26 — Базовый уровень	36 — Повышенны й уровень
Осознанност ь выбора	Выбор профессии случайный («где друзья») или инфантильны й («хочу быть блогером»).	Выбирает сферу деятельности («работать руками»), но конкретную профессию назвать не может.	Называет 2–3 конкретные специальности, соответствующ ие его текущим баллам и интересам.	Имеет обоснованны й план поступления (колледж/вуз) , посетил дни открытых дверей, прошел профпробы.

Оформление результатов

Результаты фиксируются в Индивидуальной карте психологической динамики развития.

1.8. Планируемые результаты освоения обучающимися программы коррекционной работы педагога-психолога

Планируемые результаты освоения программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 5–9 классов с ЗПР формулируются в соответствии с требованиями ФГОС ООО и Адаптированной основной общеобразовательной программы (АООП).

В отличие от предметных результатов, психологические результаты носят **метапредметный и личностный характер**. Они описывают изменения не в объеме знаний, а в способах их получения, обработки и эмоционального отношения к ним. Планируемые результаты делятся на три уровня овладения: **минимальный** (действие только со значительной помощью), **базовый** (самостоятельное действие в привычной ситуации) и **повышенный / функциональный** (перенос навыка в новые, стрессовые или нестандартные условия).

Блок 1. Регуляторная сфера (УУД: регулятивные)

Результаты направлены на компенсацию слабости лобных долей мозга, отвечающих за контроль и планирование.

Направление	Минимальный уровень (со значительной опорой)	Базовый уровень (самостоятельно в классе)	Повышенный уровень (перенос в жизнь / экзамен)
Целеполагание и планирование	Принимает цель, поставленную взрослым.	Самостоятельно ставит учебную задачу под	Способен разбить долгосрочную цель (подготовка к ОГЭ)

	Может составить простейший план из 2–3 пунктов по готовому шаблону.	конкретную ситуацию («выучить параграф»). Составляет пошаговый план решения задачи с использованием визуальной опоры (чек-лист, интеллект-карта).	на этапы (месяцы/недели). Корректирует свой план при возникновении препятствий без внешней стимуляции.
Самоконтроль и коррекция	Исправляет ошибку только после прямого указания учителя («Посмотри на строчку №5»).	Использует предложенный алгоритм самопроверки перед сдачей письменной работы. Замечает расхождение между своим действием и образцом.	Осуществляет внутренний самоконтроль в процессе деятельности (проговаривание правила «про себя» во время письма). Автоматически проверяет работу до того, как ее увидит учитель.
Волевая регуляция	Продолжает деятельность только при постоянном контроле взрослого. Бросает работу при первой неудаче.	Удерживает внимание на неинтересном задании в течение 15–20 минут. Преодолевает усталость ради достижения понятного результата (оценка, похвала).	Сохраняет работоспособность в условиях дефицита времени и высокого стресса (контрольная работа, устный ответ у доски). Способен отложить немедленное желание (поиграть в телефон) ради учебной цели.

Блок 2. Эмоционально-личностное развитие

Результаты направлены на снижение школьной тревожности, профилактику депрессивных состояний и формирование адекватной самооценки.

Направление	Минимальный уровень	Базовый уровень	Повышенный уровень
Эмоциональная идентификация	Различает базовые эмоции (радость, гнев) по ярко выраженным мимическим признакам.	Определяет сложные чувства (стыд, вина, ревность, интерес) у себя и героев художественных произведений. Понимает амбивалентность чувств.	Точно идентифицирует свое состояние в моменте («Я сейчас чувствую раздражение, потому что шум мешает мне думать») и вербализирует его.

Управление эмоциями (Стресс-менеджмент)	Требуется внешнее вмешательство взрослого для успокоения (объятия, уговоры, удаление с урока).	Владеет простыми техниками саморегуляции (глубокое дыхание, счет до 10). Применяет их после напоминания взрослого.	Самостоятельно распознает первые признаки стресса (сжатие челюстей, учащение пульса) и применяет технику релаксации превентивно.
Самооценка и Я-концепция	Самооценка полярна: либо «я самый плохой», либо защитная бравада. Оценка зависит от мнения значимого взрослого.	Адекватно оценивает границы своих возможностей («математика дается сложнее, чем история»). Принимает критику как информацию для роста, а не как личное оскорбление.	Обладает устойчивой самооценкой. Не вступает в деструктивную конкуренцию со сверстниками. Имеет сформированные личные ценности, независимые от мнения толпы.

Блок 3. Социально-коммуникативное развитие

Результаты направлены на преодоление социальной робости, логофобии (страха речи) и развитие навыков сотрудничества.

Направление	Минимальный уровень	Базовый уровень	Повышенный уровень
Коммуникативные навыки	Отвечает на вопросы учителя односложно. Избегает зрительного контакта. Инициативы в общении не проявляет.	Поддерживает диалог в малой группе (2–3 человека) на знакомую тему. Четко формулирует просьбу о помощи учителю.	Выступает инициатором общения. Умеет аргументировать свою точку зрения, слушать оппонента и находить компромисс в споре.
Разрешение конфликтов	Реагирует агрессией (вербальной или физической) либо полным уходом в себя (жертва).	Обращается за помощью к медиатору (классному руководителю, психологу) для разрешения спора.	Применяет техники ненасильственного общения (Я-сообщения) самостоятельно. Способен погасить начинающийся конфликт в зародыше.
Социальная перцепция	Не понимает скрытых мотивов поведения людей.	Считывает основные невербальные сигналы	Гибко меняет стратегию поведения в зависимости от

	Буквально воспринимает шутки и сарказм.	(закрытые позы, дистанция). Понимает контекст большинства школьных ситуаций.	социального статуса собеседника (друг, учитель, директор, незнакомец).
--	---	--	--

Блок 4. Профессиональное самоопределение (для 8–9 классов)

Результаты подготовки к осознанному выбору образовательного маршрута после школы.

Направление	Минимальный уровень	Базовый уровень	Повышенный уровень
Информированность	Имеет смутное представление о мире профессий («буду как папа» или «хочу блогером»).	Знает требования к 2–3 профессиям, входящим в зону его интересов и когнитивных возможностей. Ориентируется в уровнях образования (колледж/вуз).	Изучил рынок труда региона. Посетил дни открытых дверей или профессиональные пробы. Понимает связь школьных предметов с будущей зарплатой и карьерой.
Мотивация выбора	Выбор случайный или навязанный родителями.	Мотивация внешняя (престиж, форма, друзья).	Мотивация внутренняя (интерес к содержанию деятельности, соответствие типу личности — реалистичный, интеллектуальный, социальный).

Результаты освоения программы психолого-педагогической работы отражают сформированность социальных (жизненных) компетенций, необходимых для решения практико-ориентированных задачи обеспечивающих становление социальных отношений обучающихся с ЗПР в различных средах:

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:
- в умении различать учебные ситуации, в которых необходима посторонняя помощь для её разрешения, с ситуациями, в которых решение можно найти самому;
- в умении обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи;

- в расширении представлений об устройстве школьной жизни, участии в повседневной жизни класса, принятии на себя обязанностей наряду с другими детьми;
- в умении ориентироваться в пространстве школы и просить помощи в случае затруднений, ориентироваться в расписании занятий;
- в умении включаться в разнообразные повседневные школьные дела, принимать посильное участие, брать на себя ответственность;
- в стремлении участвовать в подготовке и проведении праздников дома и в школе.
- овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:
- в расширении знаний правил коммуникации;
- в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;
- в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);
- в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;
- в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;
- в умении получать и уточнять информацию от собеседника;
- в освоении культурных форм выражения своих чувств;
- способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющаяся:
- в расширении представлений о целостной и подробной картине мира, упорядоченной в пространстве и времени, адекватных возрасту ребёнка;
- в умении накапливать личные впечатления, связанные с явлениями окружающего мира;
- в умении устанавливать взаимосвязь между природным порядком и ходом собственной жизни в семье и в школе;
- в умении устанавливать взаимосвязь общественного порядка и уклада собственной жизни в семье и в школе, соответствовать этому порядку.
- в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;
- в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;
- в умении передать свои впечатления, соображения, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком;
- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей;
- в способности взаимодействовать с другими людьми, умении делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами;

- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, проявляющаяся:
- в знании правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми разного статуса, с близкими в семье; с учителями и учениками в школе; со знакомыми и незнакомыми людьми;
- в освоении возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения;
- в умении проявлять инициативу, корректно устанавливать и ограничивать контакт;
- в умении применять формы выражения своих чувств соответственно ситуации социального контакта.
- дифференциация и осмысление картины мира и её временно-пространственной организации;
- сформированность познавательной активности, произвольности и устойчивости внимания, памяти.

Специфика фиксации результатов

Для отчетности эти планируемые результаты переводятся в показатели мониторинга.

1.9. Мониторинг освоения программы коррекционной работы

Для организации мониторинга усвоения программы коррекционной работы по 4-балльной шкале (0, 1, 2, 3) необходимо разработать единую матрицу оценки. Она должна опираться на стартовую диагностику (начало года), промежуточный срез и итоговый контроль (конец года). Для обучающихся 5–11 классов с задержкой психического развития (ЗПР) мониторинг коррекционной работы смещается с базового формирования навыков на развитие регуляторных функций, метапредметных компетенций и социальной адаптации.

В подростковом возрасте при ЗПР первичным дефектом часто выступают нарушения эмоционально-волевой сферы и произвольности, которые вторично тормозят усвоение учебной программы. Поэтому критерии оценки должны отражать именно эти изменения.

Общие принципы мониторинга для 5–9 классов (ЗПР)

- Объект оценки: не «знания по предмету», а *компенсаторные механизмы*, позволяющие эти знания усваивать (планирование, самоконтроль, перенос способа действия).
- Источник данных: педагогическое наблюдение на уроках и внеурочной деятельности, анализ продуктов деятельности (тетради, проекты), социометрия, данные классного руководителя, беседа с подростком.
- Частота: стартовая диагностика (сентябрь), промежуточная (декабрь/январь), итоговая (май).

Критерии оценки динамики

Педагог-психолог (развитие ВПФ, саморегуляция, профорientация)

Для подростков шкала отражает степень перехода от внешней стимуляции к внутреннему контролю.

Направление	3б — Значительная динамика	2б — Удовлетворительная	1б — Незначительная	0б — Отсутствие
Саморегуляция	Подросток самостоятельно планирует время выполнения ДЗ, использует приемы релаксации или тайм-менеджмент без напоминаний.	Планирует деятельность только после совместного обсуждения со взрослым; удерживает план в рамках одного дня.	Эпизодически применяет алгоритмы поведения только под жестким контролем учителя/психолога.	Вспышки аффекта или уход от деятельности при малейшей трудности сохраняются.
Учебный контроль	Находит и исправляет свои ошибки в работе до сдачи учителю (по чек-листу).	Исправляет ошибки только после прямого указания: «Проверь решение №3».	Ошибки видит только после того, как их подчеркнет взрослый.	Не замечает ошибок даже при построчном разборе текста/схемы.
Профориентация	Сформирован устойчивый образ будущей профессии, изучены требования, выбраны экзамены.	Есть интерес к сфере, но нет понимания шагов для ее освоения («хочу быть программистом, но не знаю, какие предметы сдавать»).	Интерес ситуативен (понравился фильм о врачах), быстро угасает.	Отказывается обсуждать будущее, инфантильная позиция.

Форма фиксации результатов (Сводная карта динамического наблюдения)

Компетенция / Специалист	Старт (сен)	Промежут. (дек)	Итог (май)	Ведущий специалист	Примечание (какой вид помощи сработал)
Регуляторная сфера (Психолог)				Психолог	

Логика и анализ (Дефектолог)				Дефектолог	
Понимание текста (Логопед)				Логопед	
Статус в классе (Соц. пед.)				Соц. пед.	

Рекомендации по внедрению:

1. **Привлечение подростка:** заполнение карты должно сопровождаться рефлексивной беседой. Оцените динамику вместе с ним — его самооценка (например, «Я стал реже срываться») часто точнее сухой статистики.
2. **Минимизация субъективизма:** один и тот же балл должен иметь цифровое подтверждение (например, для 3 баллов по саморегуляции психолог фиксирует снижение количества записей в дневник с 10 в сентябре до 1 в апреле).
3. **Связь с ОГЭ:** для 9 классов показатели мониторинга напрямую коррелируют с прогнозом успешности сдачи экзаменов (способность удерживать инструкцию КИМа, распределить время, справиться со стрессом).

2. Содержательный раздел

2.1. Описание реализации программы в соответствии с учетом используемых вариативных примерных основных образовательных программ основного общего образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания

Описание реализации программы коррекционной работы (ПКР) для обучающихся 5–9 классов с задержкой психического развития (ЗПР) строится на интеграции требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО), Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы (ФАОП ООО) и специфических нейропсихологических подходов.

Реализация ПКР осуществляется через **вариативный компонент** учебного плана (курсы внеурочной деятельности «Психология общения», «Учись учиться») и систему индивидуальных/групповых занятий.

I. Нормативно-методическая база реализации

Содержание программы опирается на следующие документы и методические комплексы:

1. **ФАОП ООО (утв. Приказом Минпросвещения РФ от 24.11.2022 № 1026):** определяет обязательные разделы коррекционно-развивающей области, включая развитие познавательной деятельности и жизненных компетенций.
2. **Примерная основная образовательная программа основного общего образования (ООО):** служит ориентиром для соотнесения задач психолога с метапредметными результатами (УУД).
3. **Методическое пособие Л.А. Ясюковой «Прогноз и профилактика проблем обучения в 5–9 классах»:** используется как базовый диагностический и методический инструмент для выявления слабых звеньев высших психических функций (ВПФ), мешающих усвоению физики, химии и алгебры.
4. **Технология Т.В. Ахутиной и Н.М. Пылаевой «Школа внимания»:** применяется для коррекции исполнительных функций (программирование, контроль, рабочая память) у подростков.
5. **Программа Г.В. Резапкиной по профориентации:** является основой модуля личностного самоопределения в 8–9 классах.

II. Организационные механизмы реализации

Реализация содержания обеспечивается через три уровня взаимодействия:

1. Урочная деятельность (Инклюзия)

- **Механизм:** Психолог выступает консультантом учителей-предметников.
- **Реализация:**
 - ✓ Адаптация методов опроса: замена устных ответов перед классом на письменные ответы у доски или индивидуальные беседы для детей с логофобией.
 - ✓ Внедрение визуальных опор: учитель использует алгоритмы и чек-листы, разработанные психологом на занятиях Модуля 1 (например, алгоритм решения задачи по генетике или физике).
 - ✓ Дозирование нагрузки: рекомендации учителям дробить объемные домашние задания на короткие блоки (по 15–20 минут) для преодоления прокрастинации.

2. Внеурочная деятельность и групповые занятия

- **Механизм:** Реализация модулей ПКР через курсы внеурочной деятельности.
- **Реализация:**
 - ✓ Использование активных методов: тренинги, деловые игры, дебаты. Для подростков с ЗПР пассивная лекция неэффективна; навык формируется только через проигрывание ситуации.
 - ✓ Проектная деятельность: реализация Модуля 1 («Саморегуляция») происходит через создание подростками собственных проектов-«помогаторов» (создание приложения-планировщика, написание инструкции для младших школьников).

3. Индивидуальная работа и консультирование

- **Механизм:** Коррекция глубоких аффективных нарушений и дефицитов.
- **Реализация:**
 - ✓ Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) автоматических мыслей при подготовке к ОГЭ.
 - ✓ Профориентационное консультирование с учетом структуры дефекта (реалистичная оценка способностей — например, рекомендация профессий типа «Человек-Техника» или «Человек-Художественный образ» вместо «Человек-Знаковая система», требующей высокой скорости обработки информации).

III. Содержание реализации по модулям (с привязкой к пособиям)

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности

- **Используемые пособия:** Технология Ахутиной/Пылаевой, методика Ясюковой.
- **Содержание реализации:** Занятия строятся не вокруг упражнения «найди отличие», а вокруг школьных трудностей. Если ученик путает условия задачи, психолог реализует содержание через **метакогнитивный тренинг**: обучение технике PQ4R (Preview, Question, Read, Reflect, Recite, Review) для работы с параграфами учебника.
 - ✓ *Визуализация:* Обязательное использование графических органайзеров (интеллект-карт). Подросток учится переводить линейный текст учебника в пространственную схему, что компенсирует дефицит оперативной памяти.
 - ✓ *Оценка:* Эффективность проверяется через динамику выполнения проб на внимание (таблицы Шульте) и снижение количества ошибок «из-за невнимательности» в рабочих тетрадях.

Модуль 2. Формирование личностного самоопределения и ЭИ

- **Используемые пособия:** Методики Филлипса (тревожность), труды Прихожан А.М., материалы И.В. Добряковой.
- **Содержание реализации:** Работа ведется через метафорические ассоциативные карты (МАК) и анализ кейсов. Прямой вопрос «Что ты чувствуешь?» вызывает ступор у подростка с ЗПР. Вместо этого реализуется разбор ситуаций из фильмов или школьной жизни.
 - ✓ *Профориентация:* Используется методика «Формула профессии» Е.А. Климова. Психолог помогает подростку соотнести свои физические возможности и интересы с требованиями рынка труда, снимая установку «Я пойду в 10-й класс, потому что так сказали родители».
 - ✓ *Жизнестойкость:* Обучение техникам самоподдержки. Ведется «Дневник успехов», где фиксируется даже минимальное продвижение (самостоятельно встал по будильнику, собрал портфель без мамы).

Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности

- **Используемые пособия:** Программы Анн Л.Ф., Коблик Е.Г., социально-психологические тренинги.
- **Содержание реализации:** Акцент делается на деловую коммуникацию. Подростков с ЗПР обучают не просто дружить, а взаимодействовать в иерархической среде.
 - ✓ *Отработка навыков:* Ролевые игры «Разговор с учителем о пересдаче», «Запись к врачу», «Собеседование в колледже».
 - ✓ *Конфликтология:* Разбор правил цифровой гигиены и сетевого этикета. Обучение аргументации своей позиции без перехода на личности (использование техники «Я-сообщение»).

IV. Мониторинг реализации

Реализация считается успешной, если достигнуты **личностные и метапредметные результаты**, прописанные во ФГОС:

1. **Регулятивные УУД:** Обучающийся способен самостоятельно составить план подготовки к контрольной работе (результат Модуля 1).
2. **Коммуникативные УУД:** Обучающийся может участвовать в групповой дискуссии, соблюдая регламент и аргументируя свою точку зрения (результат Модуля 3).
3. **Личностные результаты:** Сформирована внутренняя позиция школьника как субъекта учебной деятельности, снижена зависимость от внешней оценки (результат Модуля 2).

Для фиксации используются листы наблюдения классного руководителя и экспертные карты учителей-предметников, которые оценивают перенос навыков из кабинета психолога в реальную учебную ситуацию.

Диагностическое направление

Проводится 2 раза в год - в начале работы и конце учебного года. Критерии оценки:

- субъективно переживаемые учащимся изменения во внутреннем мире;
- объективно регистрируемые параметры, характеризующие изменения в познавательной, эмоционально-личностной сферах личности обучающегося с ОВЗ;
- устойчивость изменений. Формы оценки результатов;
- психологическая диагностика с использованием комплекса психологических методик, предложенный Ясюковой Л.А., Мамайчук И.И., комплектов Забрамной С.Д., Боровик О.В. и Стребелевой Е.А.;
- педагогическое наблюдение;
- анализ продуктивной и учебной деятельности;
- беседа с родителями и педагогами.

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, специфики их образовательных потребностей и интересов

Описание вариативных форм, методов и средств реализации программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 5–9 классов с ЗПР должно строиться на принципе «от внешнего контроля к внутренней саморегуляции» и соответствовать ведущему типу деятельности подростков — интимно-личностному общению со сверстниками.

Ниже представлено подробное описание инструментария, дифференцированного по возрастам и специфике потребностей детей с ЗПР.

I. Формы организации деятельности

Специфика ЗПР требует гибкого сочетания форм, так как подростки быстро истощаются в группе, но нуждаются в социализации.

Форма	Специфика применения (ЗПР 5–9 класс)	Возрастные акценты
Групповая (тренинг)	Оптимальный размер группы: 6–8 человек. Длительность не более 40–45 минут из-за быстрой утомляемости ЦНС. Группа должна быть относительно гомогенной (схожий уровень развития ВПФ).	5–7 кл.: Игровой формат, квесты. 8–9 кл.: Дискуссионный клуб, дебаты.
Индивидуальная	Применяется при выраженной логофобии, агрессивном поведении, мешающем группе, или глубокой личностной травматизации. Часто используется формат «проблемная консультация».	5–7 кл.: Снятие острого стресса адаптации. 8–9 кл.: Экзаменационный коучинг
Консультативно-просветительская	Работа с учителями-предметниками (адаптация инструкций) и родителями (смена гиперопеки на делегирование ответственности). Психолог обучает взрослых говорить на языке алгоритмов.	Все классы: Постоянный цикл. Для старшеклассников акцент на снятии родительской тревоги перед ОГЭ/ЕГЭ.
Проектная деятельность	Подросток с ЗПР реализует прикладной проект («Как я организовал свое время», «Гид по колледжу нашего города»). Это переводит абстрактную рефлексию в конкретное действие.	Преимущественно 8–9 классы.

II. Методы реализации (Способы воздействия)

Методы подбираются с учетом того, что у подростков с ЗПР часто сохранна наглядно-образная сфера при дефиците словесно-логического мышления.

1. Когнитивно-поведенческие методы (КПТ)

- **Суть:** Изменение деструктивных мыслей, вызывающих тревогу.
- **Применение:** Ведущий метод для коррекции школьной тревожности и страха экзаменов.
- **Инструмент:** Протокол дисфункциональных мыслей. Подросток учится фиксировать мысль («Я получу два, потому что я тупой»), находить ошибку логики и заменять ее («Я могу ошибиться, если не повторю тему X»).

- **Специфика:** Использование визуальных шкал вместо сложных вербальных конструкций.

2. Нейропсихологические методы

- **Суть:** Развитие слабых звеньев мозга через воздействие на сильные.
- **Применение:** Коррекция регуляторного блока (программирование, контроль, рабочая память).
- **Инструменты:**
 - ✓ *Метод замещающего онтогенеза (Семенович А.В.):* включение телесно-ритмических упражнений (балансиры, растяжки) даже в занятиях с 10-классниками для снятия мышечных зажимов от долгого сидения.
 - ✓ *Сенсорная интеграция:* использование утяжеленных одеял или сенсорных браслетов для гиперактивных подростков.

3. Метафорические ассоциативные карты (МАК)

- **Суть:** Работа с проекциями через изображения.
- **Применение:** Преодоление психологических защит. Прямой вопрос о чувствах вызывает ступор; карта позволяет сказать: «*Этот герой чувствует то же, что и я*».
- **Специфика:** Идеально для закрытых подростков 7–9 классов. Помогает проработать темы одиночества, отношений с родителями и буллинга без прямого вторжения в личное пространство.

4. Арт-терапевтические и экспрессивные методы

- **Суть:** Выражение эмоций через творчество.
- **Применение:** Снятие агрессии, работа с психосоматикой.
- **Инструменты:**
 - ✓ *Коллажирование:* создание «Карты моих ресурсов» или «Образа моего будущего».
 - ✓ *Библиотерапия:* анализ персонажей книг (например, Достоевского или современных young-adult романов) как способ проживания собственных конфликтов.
 - ✓ *Фототерапия:* задание сделать серию снимков «Мой путь в школу» для анализа стрессовых точек маршрута.

III. Средства реализации (Материальные носители)

Средства должны быть современными, чтобы вызывать интерес у цифрового поколения, но структурированными.

1. Цифровые инструменты:

- ✓ **Интерактивные доски (Miro/Jamboard):** Для совместного планирования проектов. Подростку с ЗПР проще двигать стикеры на экране, чем писать план в линейном тексте.
- ✓ **Приложения-планировщики (Trello, Todoist):** Внешняя опора для памяти и внимания. Настройка уведомлений компенсирует дефицит внутреннего самоконтроля.
- **Платформы для квизов (Kahoot!, Quizlet):** Для диагностики и закрепления материала в игровой форме, снижающей страх оценки.

2. Визуально-графические средства:

- ✓ **Чек-листы и алгоритмы:** Ламинированные карточки формата А6, которые лежат на парте во время урока (алгоритм самопроверки задачи, алгоритм ответа у доски).

- ✓ **Инфографика:** Вместо длинных лекций о вреде ПАВ или пользе сна используются схемы влияния веществ на дофаминовую систему подростка.
- ✓ **Терминологические словари (Personal Glossary):** Индивидуальные блокноты для записи определений сложными словами своими словами + рисунок-символ.

3. Игровые и метафорические средства:

- ✓ **Кубики историй (Story Cubes):** Развитие связной речи и воображения.
- ✓ **Настольные игры на переговоры:** «Экивоки», «Имаджинариум», шахматы.
- ✓ **Биофильный дизайн:** Наличие в кабинете растений, аквариума или фитостены. Наблюдение за живыми системами снижает базовый уровень кортизола у подростков с органическими поражениями ЦНС.

IV. Учет индивидуальных особенностей и интересов

Реализация ПКР требует персонализации траектории:

- **Для аудиалов (редко при ЗПР, но встречается):** Использование диктофона для записи уроков, прослушивание аудиокниг, проговаривание алгоритмов вслух.
- **Для кинестетиков (большинство при ЗПР):** Обязательное наличие предметов для тактильного контакта во время беседы (эспандеры, массажные мячи, кинетический песок на столе). Занятия проводятся стоя или сидя на фитболах.
- **Учет гендерных различий:**
 - ✓ *Юноши (8–9 кл.):* Лучше откликаются на соревновательные механики, обсуждение статуса, финансовой независимости и спорта. Темы маскулинности и управления гневом.
 - ✓ *Девушки (8–9 кл.):* Акцент на социальное одобрение, отношения, внешность. Техники принятия тела (body-positive подход в контексте здоровья, а не идеологии).
- **Учет профиля обучения (в старших классах):**
 - ✓ Если подросток в IT-классе — используем программирование простых игр (Scratch/Python) для отработки навыков следования алгоритму.
 - ✓ Если в медицинском — разбор кейсов по медицинской этике и эмпатии к пациентам.

Такой комплексный подход обеспечивает перенос навыков: подросток с ЗПР перестает быть потребителем психологической помощи и становится активным пользователем инструментов саморегуляции в своей реальной жизни.

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия (психологические)» является обязательной частью коррекционно-развивающей области. Курс реализуется в рамках внеурочной деятельности посредством индивидуальных, подгрупповых и групповых занятий педагога-психолога и обеспечивается системой психолого-педагогического сопровождения. Сопровождение обучающегося с ЗПР организуется посредством реализации следующих форм профессиональной деятельности педагога-психолога: психологическая диагностика, коррекционно-развивающая деятельность, психологическая профилактика, психологическое просвещение, психологическое консультирование, организационно-методическая деятельность.

У обучающихся с ЗПР сохраняются трудности и замедленный темп развития отдельных познавательных процессов, навыков саморегуляции поведения и деятельности. Для них характерна общая эмоциональная незрелость, невысокий уровень развития коммуникативных компетенций. Адаптивные ресурсы у таких обучающихся снижены, что затрудняет социализацию в целом, создает трудности в процессе самостоятельного осуществления жизненных выборов.

Педагог-психолог осуществляет психологическую помощь, направленную на преодоление трудностей в развитии познавательных процессов, эмоционально-личностной сферы, коммуникативной сферы, регуляторной сферы, отклоняющегося поведения обучающихся с ЗПР. В ходе психолого-педагогического сопровождения проводится работа по формированию социально-ориентированной, конкурентоспособной, творческой личности, способной к самоопределению, саморегуляции, самопознанию, саморазвитию.

Педагог-психолог работает в тесном сотрудничестве с другими специалистами сопровождения (учителем-логопедом, учителем-дефектологом), а также с родителями обучающегося, что обеспечивает комплексный подход в решении задач предотвращения/минимизации трудностей обучающегося с ЗПР. Проведение коррекционно-развивающих занятий обеспечивает реализацию возрастных и индивидуальных возможностей психофизического развития обучающихся с ЗПР посредством индивидуализации содержания курса с учетом их особых образовательных потребностей.

Программа курса направлена на развитие личности подростка, его коммуникативных и социальных компетенций, гармонизацию его взаимоотношений с социумом.

Содержание занятий направлено на развитие и расширение жизненных компетенций обучающегося с ЗПР.

Программа курса строится по модульному принципу и предусматривает гибкость содержательного наполнения модулей и конкретных тем.

Каждый модуль представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике с постепенным усложнением и включением новых тем, направленную на развитие дефицитных психических функций обучающихся с ЗПР в соответствии с направленностью соответствующего модуля.

При этом из общего содержания модулей данного курса возможно выделение конкретных тематических блоков с учетом индивидуальных особенностей развития и особых образовательных потребностей конкретных обучающихся с ЗПР, зачисленных на психокоррекционные занятия. За счет этого возможно формирование индивидуализированных коррекционно-развивающих программ, направленных на коррекцию и развитие дефицитных психических функций, профилактику возникновения вторичных отклонений в развитии, оптимизацию психосоциального развития обучающихся с ЗПР.

В соответствии с целями и задачами коррекционного выделяются следующие модули и разделы программы:

Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения» состоит из разделов «Развитие регуляции познавательных процессов» и «Развитие саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний» и направлен на формирование произвольной регуляции поведения, учебной деятельности и собственных эмоциональных состояний у обучающихся. В процессе коррекционно-развивающих занятий идет развитие способности управлять собственными психологическими состояниями, а

также поступками и действиями. Проводится работа над способностью самостоятельно выполнять действия по усвоенной программе, самостоятельно выполнять действия по внутренней программе и переносить ее на новый материал. Также большое внимание уделяется развитию регуляции собственного поведения и эмоционального реагирования. Формируется способность управлять собственным эмоциональным состоянием, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, проявлять адекватные эмоции в ситуации общения различных статус-ролевых позициях, развивается умение определять конкретные цели своих поступков, искать и находить адекватные средства достижения этих целей.

Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения, жизнеспособности и эмоционального интеллекта» состоит из разделов «Становление личностного самоопределения» и «Развитие профессионального самоопределения» и направлен на осознание и принятие своих индивидуальных личностных особенностей, позитивное реалистичное отношение к себе, первичное определение своей жизненной стратегии в части профессионального самоопределения и обучения.

Значимым в коррекционно-развивающей работе является развитие осознания и принятия общепризнанных жизненных ценностей и нравственных норм, умения анализировать социальные ситуации, принимать обдуманные, взвешенные решения, нести ответственность за свои поступки. В ходе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию способности к осознанию себя как социального субъекта, умения адекватно воспринимать себя и свои действия, поступки других людей, видеть перспективу развития социальной ситуации и оценивать уже свершившиеся события, выстраивать жизненную перспективу, жизненные планы.

Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности и социальной успешности» состоит из разделов «Развитие коммуникативных навыков» и «Развитие навыков сотрудничества» и направлен на развитие навыков личностного общения со сверстниками и навыков продуктивной коммуникации в социальном окружении. Важным в коррекционно-развивающей работе является развитие своевременной и точной ориентировки в ситуации взаимодействия, адекватной включенности в ситуацию общения, способности проявлять гибкость в общении, умения адекватно выстраивать коммуникацию в разных статусно-ролевых позициях. Для развития эффективного коммуникативного процесса в подростковом возрасте имеет значение развитие чувствительности к вербальной и невербальной экспрессии собеседника, способность проявлять гибкость ролевых позиций в процессе общения, динамично менять их в соответствии с поведением собеседников и с контекстом ситуации общения. Также на занятиях происходит формирование умения уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя к агрессии или пассивно-зависимому поведению. В ходе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию навыков продуктивного взаимодействия с социальным окружением, расширению вариантов эффективных поведенческих стратегий, готовности к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в учебных и внеучебных ситуациях. Также важными являются умения анализировать социальный и эмоциональный контексты коммуникативной ситуации, выбирать адекватную стратегию поведения в условиях конфликта, учитывать позицию и интересы партнера по совместной деятельности, эффективно взаимодействовать с социальным окружением.

Рекомендованное распределение часов на изучение каждого раздела модуля по годам обучения приводится в тематическом планировании Примерной рабочей

программы курса «Психокоррекционный курс»: «Психокоррекционные занятия (психологические)». В то же время, модульный принцип подразумевает определение приоритетности изучения того или иного раздела модуля в зависимости от особенностей ребенка или группы обучающихся. Специалист может сделать один и более разделов модулей в качестве базовых, а другие изучать в меньшем объеме. Педагог-психолог может гибко варьировать распределение часов, ориентируясь на потребности обучающихся с ЗПР.

Содержание курса на уровне основного общего образования

Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»

Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач. Ориентировка в задании и способы определения цели. Оценка условий, необходимых для выполнения задания с помощью взрослого. Отработка навыка следования словесной инструкции (устной и письменной).

Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. Отработка выполнения программы. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка результатов работы группы, результативности участия в групповой работе своего и других участников группы. Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий.

Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. Различение мимики, жестов, позы, интонации, физических проявлений, соответствующих различным эмоциональным состояниям (в том числе сложным и противоречивым). Анализ и словесное обозначение своего эмоционального состояния. Основные техники и приемы регуляции эмоций. Контроль эмоциональных состояний. Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, отработка способов регуляции своего поведения. Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных учебных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы, ситуация экзамена). Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации.

Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»

Социальные роли в обществе, вариативность моделей поведения в соответствии с социальными ролями, правилами и нормами поведения. Отработка навыков самопрезентации. Отработка навыков самооценивания в моделируемых ситуациях (учебные и коммуникативные ситуации). Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. Характеристика задатков и склонностей человека. Знакомство с понятием «уровень притязаний», связь уровня притязаний и реальных

возможностей. Способность противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. Экономическая и правовая компетентность. Представление об ответственном поведении, выборе способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения. Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. Понятие жизненного плана и его

временных перспектив. Планирование путей и средств достижения жизненных планов.

Современный мир профессий и рынок труда. Знакомство с основными направлениями профессиональной деятельности. Значение склонностей и познавательных способностей при определении направления профессиональной деятельности. Профессиональная направленность личности. Профессиональные склонности и профессиональный потенциал. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Карьера как профессиональный и социальный путь в жизни человека. Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности, ограничения при выборе профессии. Представления о перспективах профессионального образования и будущей профессиональной деятельности. Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии.

Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»

Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. Конструктивное общение в различных моделируемых социальных ситуациях. Использование позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения. Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения. Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению. Знакомство с навыками активного слушания. Способы передачи информации между собеседниками. Ведение диалога, поддержание беседы на заданную тему.

Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. Представление собственной позиции социально приемлемыми способами. Отработка навыков ведения дискуссии в паре и группе. Учебное сотрудничество в совместной деятельности со сверстниками.

Правила совместной работы в группе. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях. Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата. Конфликт: причины, виды, структура. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

Организация занятий

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающегося с ЗПР. Учитывая сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, снижение эмоциональной саморегуляции у такого обучающегося, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует

продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлекссию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействованы активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии, тренинговых занятий и деловых игр.

Примерные виды деятельности обучающихся с ЗПР, обусловленные особыми образовательными потребностями и обеспечивающие осмысленное освоение содержания курса

Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. В ходе коррекционно-развивающего занятия педагогу-психологу важно учитывать принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы, диалога. Также в процессе работы необходимо сохранять руководящий контроль со стороны взрослого, обеспечивать положительную обратную связь, делать акцент на развитии навыков саморегуляции.

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающегося с ЗПР. Учитывая сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, снижение эмоциональной саморегуляции у такого обучающегося, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлекссию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействованы активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии и тренинговых занятий.

Планируемые результаты освоения **коррекционного курса** «Психокоррекционные занятия» (психологические занятия) на уровень основного общего образования.

В результате изучения модуля **«Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** обучающийся научится и будет (сможет):

- планировать свою деятельность и следовать плану, контролировать и корректировать свои действия при необходимости;
- самостоятельно определять цели и задачи собственной деятельности;
- осуществлять промежуточный и итоговый контроль результата деятельности, объективно оценивать собственные достижения;
- регулировать проявление собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации;
- сдерживать проявление негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, дискуссии, учебного спора;
- владеть техниками контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, уметь минимизировать волнение;
- прилагать волевые усилия при трудностях в учебной работе, в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы, при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена;
- сохранять устойчивость социально приемлемой позиции в ситуациях негативного воздействия со стороны окружающих.

В результате изучения модуля **«Формирование личностного самоопределения»** обучающийся научится и будет (сможет):

- демонстрировать мотивацию к самопознанию, потребность к саморазвитию;
- иметь представление о своих личностных особенностях и уметь презентировать себя социально одобряемым способом;
- иметь развернутое представление о социальных ролях в обществе, различных моделях поведения в соответствии с этими ролями, правилах и нормах поведения;
- иметь представление об ответственном и безответственном, в том числе наказуемом, поведении, уметь принимать на себя посильную ответственность;
- оценивать свои возможности, осознавать собственные склонности, интересы и увлечения;
- оценивать себя и свои поступки с учетом общепринятых социальных норм и правил;
- выстраивать с помощью взрослого жизненную перспективу, жизненные планы, включающие последовательность целей и задач в их взаимосвязи;
- ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику различным профессиям, актуальным для современного рынка труда;
- иметь представления о собственных профессиональных склонностях, способностях и профессиональном потенциале;
- знать об ограничениях при выборе профессии, учитывать ограничения профессиональной пригодности при выборе будущей профессии;
- иметь конкретные реалистичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
- иметь представление об экономических реалиях и адекватный уровень материальных притязаний, соотносимый с выбираемой профессией;

- с помощью взрослого выбирать и выстраивать дальнейшую индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

В результате изучения модуля **«Развитие коммуникативной деятельности»** обучающийся научится и будет (сможет):

- владеть навыками конструктивного общения;
- использовать вербальные и невербальные средства общения адекватно социально-эмоциональному контексту ситуации;
- выстраивать коммуникацию в разных жизненных ситуациях с учетом статуса, возраста, социальной роли и особенностей собеседника;
- владеть навыками эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях;
- конструктивно и корректно доносить свою позицию до других участников коммуникации;
- критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- самостоятельно организовывать совместную деятельность в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его);
- находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учета интересов участников группы.

Подходы к оценке достижения планируемых результатов освоения программы коррекционно-развивающего курса

Диагностическое направление работы предполагает получение своевременной информации об индивидуально-психологических особенностях и динамике развития обучающихся с ЗПР, позволяет оценить результаты освоения коррекционно-развивающего курса обучающимися. Диагностика проводится с использованием стандартизированных психодиагностических методик, анкетирования, психодиагностического наблюдения и анализа продуктов деятельности обучающихся, а также моделирования экспериментально-психологических ситуаций.

При оценке уровня произвольной регуляции следует обращать внимание на сформированность таких показателей, как: способность к осознанному планированию своей деятельности, выдвижению и удержанию ее целей; способность определять значимые условия для осуществления деятельности; способность к самоконтролю в процессе выполнения задания и при оценке результата; способность адекватно оценивать результат своей деятельности. Также необходимо оценивать степень самостоятельности при выполнении задания, эффективность оказываемой взрослым дозированной помощи.

При оценке эмоциональной сферы подростков необходимо учитывать ее общую неустойчивость и высокий уровень ситуативной тревожности, характерный для обучающихся данного возраста. Показателями особенностей развития эмоциональной сферы выступают общее эмоциональное состояние и настроение, склонность к аффективному поведению, стрессоустойчивость, уровень эмпатии, выраженность агрессивности и личностной тревожности.

При определении особенностей развития личности подростков следует оценить характерологические особенности и выраженность акцентуаций характера, уровень и структуру самооценки, ценностные ориентации, иерархию потребностей

личности, уровень притязаний и уровень субъективного контроля. Для выявления профессионального самоопределения личности необходимо определить общую направленность личности, профессиональные склонности и интересы, мотивы выбора профессии, профессиональный тип личности, а также тип мышления.

При оценке особенностей развития коммуникативной сферы важно обращать внимание на уровень общительности, развитие коммуникативных умений, уровень коммуникативных и организаторских способностей, тип поведения в конфликте, а также учитывать явления, характерные для малой группы (социальный статус в группе сверстников, оценочные отношения членов группы, преобладающий тип отношений к окружающим).

Коррекционно-развивающая работа обеспечивает организацию мероприятий, способствующих личностному развитию учащихся, коррекции недостатков в психофизическом развитии и освоению ими содержания образования.

Основными направлениями коррекционно-развивающей работы психолога с детьми с ЗПР, находящимися в условиях образовательной интеграции, являются:

- развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков;
- развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций;
- формирование произвольной регуляции деятельности и поведения. Рассмотрите подробнее каждое из этих направлений.

Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков.

Для значительной части детей с ЗПР типичен дефицит социальных способностей, проявляющейся в трудностях взаимодействия с окружающими детьми и взрослыми. В ряде случаев указанный дефицит сопряжен с проблемами эмоциональной регуляции. В связи с этим развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков предполагают:

- гармонизацию аффективной сферы ребенка;
- профилактику и устранение (смягчение) возможных агрессивных и негативистических проявлений, других отклонений в поведении;
- предупреждение и преодоление негативных черт личности и формирующегося характера;
- развитие и тренировку механизмов, обеспечивающих адаптацию ребенка к новым социальным условиям (в том числе снятие тревожности, робости и т.п.);
- создание условий для развития самосознания и формирования адекватной самооценки;
- развитие социальных эмоций;
- развитие коммуникативных способностей (в том числе стимуляция коммуникативной активности, создание условий, обеспечивающих формирование полноценных эмоциональных и деловых контактов со сверстниками и взрослыми).

Работа по расширению и упорядочению эмоционального опыта детей включает помощь в усвоении ребенком представлений о невербальных средствах выражения эмоций; в формировании понимания смысла и значения различных форм поведения людей в эмоционально значимых ситуациях; в проверке и оценке ребенком собственного текущего поведения на основании полученных знаний и навыков.

Работа с детьми с ЗПР по формированию уверенности в себе и снижению тревожности ведется в таких направлениях, как формирование у них

Оптимистического склада мышления мироощущения, положительной установки на предстоящую деятельность, умения освобождаться от страхов, переключаться с неприятных впечатлений, а также укрепление уважения к себе, веры в свои способности и возможности.

Ребенок с ЗПР имеет ряд специфических черт, которые затрудняют процесс его общения со сверстниками и взрослыми, что, в свою очередь, отрицательно сказывается на дальнейшем развитии его эмоционально-личностной сферы. В связи с этим в работе психолога выделяются следующие наиболее важные задачи:

- воспитание у детей интереса к окружающим людям;
- выработка контактности и умения извлекать опыт из неудачного общения;
- обучение произвольной регуляции своего эмоционального состояния и избеганию конфликтов.

Ребенку с нарушениями в развитии важно показать, что наряду с внешним миром, который он может увидеть, почувствовать, потрогать, есть и другой, скрытый, трудно доступный, внутренний мир человека - мир желаний, настроений, переживаний, чувств. У каждого человека свой внутренний мир, и чем лучше человек понимает себя и других, тем больше надежд на то, что он будет жить в мире с самим собой и будет принят другими людьми». **Развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций.**

Развитие познавательных функций предполагает

- стимуляцию познавательной активности как средства формирования устойчивой познавательной мотивации;
- развитие внимания (устойчивости, концентрации, повышения объема, переключения, самоконтроля и т.д.);
- развитие памяти (расширение объема, устойчивости, формирование приемов запоминания, развитие смысловой памяти);
- развитие восприятия (пространственного, слухового), пространственных и временных представлений, сенсомоторной координации;
- формирование мыслительной деятельности: стимуляцию мыслительной активности, формирование мыслительных операций (анализа, сравнения, обобщения, выделения существенных признаков и закономерностей), развитие элементарного умозаключающего мышления и гибкости мыслительных процессов.

Важным условием планирования является реализация принципов комплексного влияния на ряд высших психических функций с выделением, вместе с тем, доминирующих объектов воздействия, изменяющихся по мере формирования у детей с ЗПР познавательной деятельности и ее саморегуляции.

Формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.

На пороге школьного обучения становление сферы саморегуляции имеет особое значение. Развитие возможности управлять своим поведением – один из существенных моментов, определяющих психологическую готовность ребенка к обучению в школе. Характерная для детей с ЗПР недостаточная сформированность осознанной саморегуляции деятельности является тормозящим фактором когнитивного и личностного развития ребенка, а также одной из основных причин, порождающих трудности в учебно- познавательной деятельности.

Работа педагога-психолога по формированию осознанной саморегуляции познавательной деятельности у детей с ЗПР ведется в нескольких направлениях, связанных с формированием определенного комплекса умений:

- ставить и удерживать цель деятельности;
- планировать действия; определять и сохранять способ действий;
- использовать самоконтроль на всех этапах деятельности;
- осуществлять словесный отчет о процессе и результатах деятельности;
- оценивать процесс и результат деятельности.

Для детей, характеризующихся различным уровнем сформированности осознанной саморегуляции познавательной деятельности, определена конкретная область психолого-педагогического воздействия, а также разработаны направления и содержание групповых и индивидуальных коррекционно- развивающих занятий в рамках психологического сопровождения.

Каждое психологическое занятие характеризуется наличием вводной части, цель которой расспросить о состоянии и достигнутых успехах, настроить школьника на предстоящую работу: создать положительное эмоциональное состояние и личную заинтересованность в выполнении каждого занятия, а также заключительная часть, основу которой составляет рефлексивная практика. С помощью рефлексии можно проанализировать итог занятия, с какими эмоциями ребенок уходит с него (положительными – удовлетворение от работы, нейтральными – работа не вызвала никаких эмоций, отрицательными – неудовлетворенность проделанной работой). В практике работы специалиста- психолога имеется ряд эффективных рефлексий: «Солнышко настроения», «Термометр чувств», «Эмоциональные модальности» и другие игровые упражнения.

Следующая закономерность в построении программы заключается в том, что первично предлагаются занятия по развитию высших психических функций: формирование эталонных представлений, развитие сенсорно- перцептивной деятельности, восприятия и умственных способностей ребенка.

Содержание программы варьируется и дифференцируется с учетом индивидуальных и типологических особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся с ЗПР.

2.3. Тематическое планирование

Тематическое планирование занятий с учащимися 5-х классов

Предлагаемые в 5 классе задания направлены на создание положительной мотивации, на формирование познавательного интереса к предметам и к знаниям вообще. Эта задача достигается с помощью специально построенной системы заданий, которые помогают преодолеть неустойчивость внимания, произвольность процесса зрительного и слухового запоминания и ведут к развитию мыслительной деятельности.

В силу возрастных особенностей первоклассников им предлагаются в основном те задания, выполнение которых предполагает использование практических действий.

Распределение нагрузки: по каждому модулю выделено базовое количество часов и дополнительные часы на углубленную отработку навыков, диагностику и проектную деятельность, что критически важно для подростков с регуляторной незрелостью.

Пояснительная записка к распределению часов

- **Модуль 1 (24 часа):** Основной фокус на адаптацию к кабинетной системе и множественности требований учителей. Требуется наибольшее количество времени из-за слабости лобных долей у детей с ЗПР.
- **Модуль 2 (24 часа):** Работа с эмоциональной нестабильностью пубертата и страхом неудачи.
- **Модуль 3 (20 часов):** Развитие социальных навыков, которые часто страдают из-за импульсивности или замкнутости.

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения (24 часа)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Вводный. Диагностика и мотивация (4 ч)			
1–2	Стартовая диагностика «Готовность к средней школе».	2	Методики: Тулуз-Пьерон (внимание), самооценка (Дембо-Рубинштейн), анкета школьной мотивации Лускановой.
3–4	Я — пятиклассник: мои новые права и обязанности.	2	Групповая дискуссия о различиях начальной и среднего звена. Создание «Кодекса пятиклассника».
Блок 2. Управление вниманием и работоспособностью (8 ч)			
5–6	Свойства внимания: концентрация и переключаемость.	2	Коррекционные пробы, таблицы Шульте, методика «Красно-черные таблицы» (Горбов).
7–8	Борьба с отвлечениями. Тренировка помехоустойчивости.	2	Упражнения на выполнение задания при наличии фонового шума/раздражителей.
9–10	Управление темпом деятельности. Тайм-менеджмент.	2	Работа со счетными таймерами. Составление графика урока («Сколько минут я потрачу на черновик»).
11–12	Преодоление утомляемости. Ресурсные состояния.	2	Нейропсихологические разминки (гимнастика мозга). Обучение техникам быстрого восстановления сил.
Блок 3. Программирование, контроль и организация (12 ч)			
13–14	Алгоритмизация действий. Учимся следовать сложной инструкции.	2	Графические диктанты повышенной сложности, многоступенчатые квесты в кабинете.
15–16	Планирование учебной задачи. От цели к шагам.	2	Декомпозиция задач: как выучить параграф за 3 шага. Использование интеллект-карт (Mind Maps).
17–18	Самоконтроль ошибок. Чек-листы самопроверки.	2	Практикум: поиск намеренно допущенных ошибок в тексте по алгоритму. Создание личного чек-листа для ДЗ.

19–20	Порядок в пространстве = порядок в голове.	2	Организация рабочего места (дома и в классе). Система хранения файлов/тетрадей.
21–22	Преодоление прокрастинации («откладывания на потом»).	2	Техника Pomodoro. Поиск вторичных выгод лени.
23–24	Итоговый тренинг модуля «Я могу управлять собой».	2	Решение комплексной задачи с применением всех изученных алгоритмов планирования.

Модуль 2. Формирование личностного самоопределения, жизнеспособности и ЭИ (24 часа)

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Образ «Я» и самооценка (8 ч)			
25–26	Мой внутренний мир: кто я? Мои сильные и слабые стороны.	2	Упражнение «Капсула личности». Арт-терапия «Мой герб». Акцент на принятии диагноза ЗПР как особенности, а не дефекта.
27–28	Самооценка: адекватная оценка своих возможностей.	2	Разбор полярного мышления («У меня двойка — я ничтожество»). Шкалирование успеха.
29–30	Право на ошибку. Как пережить неудачу.	2	Анализ биографий известных людей (включая российских ученых/изобретателей), имевших трудности в учебе.
31–32	Личностное пространство и границы.	2	Понятие физических и психологических границ. Упражнение «Скульптор и глина».
Блок 2. Эмоциональный интеллект (10 ч)			
33–34	Палитра чувств: расширяем словарь эмоций.	2	Изучение сложных эмоций (стыд, вина, зависть, нежность). Работа с таблицей Плутчика.
35–36	Страх отвечать у доски и писать контрольные (логофобия).	2	Когнитивно-поведенческая терапия страха. Техника «Парадоксальная интенция».
37–38	Куда девать гнев? Конструктивное выражение агрессии.	2	Поиск безопасных способов сброса напряжения (спорт, вербализация через «Я-сообщения»).
39–40	Снижение тревожности. Релаксационный практикум.	2	Прогрессивная мышечная релаксация по Джекобсону. Дыхательные техники («Квадрат», «Трубач»).

41– 42	Эмпатия: учимся понимать чувства других.	2	Просмотр фрагментов фильмов без звука, обсуждение мимики героев. Разбор жизненных ситуаций.
Блок 3. Жизнестойкость и образ будущего (6 ч)			
43– 44	Режим дня как инструмент стрессоустойчивости.	2	Проектирование идеального режима дня с учетом нагрузок 5-го класса. Гигиена сна.
45– 46	Кто управляет моим настроением?	2	Выявление индивидуальных триггеров плохого настроения. Создание «Аптечки первой психологической помощи».
47– 48	Итоговый тренинг модуля «Мастер своего настроения».	2	Прохождение полосы препятствий с эмоциональными станциями.

Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности и социальной успешности (20 часов)

№	Тема занятия	Кол- во часов	Краткое содержание
Блок 1. Навыки эффективного общения (8 ч)			
49– 50	Законы общения. Вербальные и невербальные сигналы.	2	Роль интонации и жестов. Игра «Испорченный телефон» (анализ причин потери смысла).
51– 52	Искусство слушать и слышать (Активное слушание).	2	Техники «Эхо», «Резюмирование». Упражнение в парах «Интервьюер».
53– 54	Уверенное поведение vs Агрессия / Застенчивость.	2	Отработка просьбы, отказа и выражения мнения без извинений. Скрипты уверенного ответа.
55– 56	Комплименты и конструктивная критика.	2	Как хвалить так, чтобы верили. Как делать замечания, не обижая.
Блок 2. Конфликтология и сотрудничество (8 ч)			
57– 58	Анатомия конфликта. Почему мы ссоримся?	2	Разбор типичных школьных конфликтов (очередь в столовой, списывание, дразнилки).
59– 60	Стратегии выхода из конфликта (Выиграл-Выиграл).	2	Переговоры. Поиск компромисса. Ролевая игра «Трудный разговор с учителем».
61– 62	Дружба в 5 классе. Как строить отношения?	2	Понятие референтной группы. Чем отличается друг от приятеля. Одиночество: мифы и реальность.
63– 64	Командообразование. Мы — класс.	2	Совместный групповой проект (создание коллажа/видео/квеста для начальной школы).
Блок 3. Безопасность и завершение (4 ч)			

65– 66	Буллинг: распознать и остановить.	2	Роли в травле (жертва, агрессор, наблюдатель). Алгоритм действий свидетеля. Обращение за помощью к взрослым.
67– 68	Итоговая диагностика. Рефлексия года «Мои победы».	2	Повтор методик старта (сравнение результатов). Торжественное вручение сертификатов об окончании ПКР.

Формы реализации плана

Для достижения результата в 68 часов программа должна включать:

1. Групповые занятия (48 часов): тренинги, дискуссии, деловые игры.
2. Индивидуальное сопровождение (16 часов): работа с детьми, имеющими выраженную логофобию или агрессивное поведение, которые мешают группе; консультации по запросу.
3. Просветительская работа (4 часа, включены в блоки): короткие брифинги для учителей-предметников по итогам модулей (как давать инструкции именно этому классу, как реагировать на медлительность).

Тематическое планирование занятий с учащимися 6-х классов

В 6-м возрасте 12–13 лет ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение со сверстниками, а основной проблемой — эмоциональная нестабильность и протестные реакции на фоне сохраняющейся незрелости лобных долей (проблемы с волей и самоконтролем).

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения (24 часа)

Цель: Преодоление «пубертатного отката» в учебе, формирование навыков планирования времени при возросшей сложности предметов.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Диагностика и адаптация к усложнению программ (4 ч)			
1–2	Стартовая диагностика: «Мои учебные трудности».	2	Методики: оценка внимания (Таблицы Шульте), опросник уровня субъективного контроля (УСК), анализ типичных ошибок в тетрадах по алгебре/истории.
3–4	Почему стало сложнее? Особенности учебы в 6 классе.	2	Дискуссия о переходе от одного учителя к многим. Алгоритм взаимодействия с разными стилями преподавания.
Блок 2. Управление вниманием и умственной нагрузкой (8 ч)			
5–6	Объем и устойчивость внимания. Тренировка помехоустойчивости.	2	Работа с двойными стимулами (слушать текст и вычеркивать буквы). Игры на переключение фокуса.
7–8	Концентрация внимания в условиях дефицита времени.	2	Решение задач на время. Техника «Спринт» (интенсивная работа короткими интервалами).
9–10	Мнемотехники и структурирование информации.	2	Построение интеллект-карт (Mind Maps) для запоминания исторических дат или биологических терминов. Пиктограммирование правил.
11–12	Борьба с утомляемостью. Ресурсное состояние мозга.	2	Нейропсихологические упражнения («Ленивая восьмерка»). Гигиена труда за компьютером.
Блок 3. Тайм-менеджмент и волевая сфера (12 ч)			
13–14	Хронофаги: куда уходит мое время?	2	Аудит личного времени (анализ дня через смартфон/дневник). Выявление отвлекающих факторов.
15–16	Планирование недели. Матрица Эйзенхауэра.	2	Распределение дел на «Важное-Срочное». Составление реалистичного расписания ДЗ.
17–18	Прокрастинация: почему я откладываю дела?	2	Поиск вторичных выгод лени. Техника «Съесть лягушку утром»

			(решение самой сложной задачи первой).
19– 20	Волевое усилие. Как делать то, что «надо», а не то, что «хочу».	2	Упражнение «Задержка реакции». Договор с самим собой (контракт на выполнение неприятной задачи).
21– 22	Самоконтроль импульсивности на уроке.	2	Правила поднятия руки. Навык дослушивания вопроса до конца перед ответом.
23– 24	Итоговый тренинг модуля «Архитектор своего времени».	2	Проектная игра: организация подготовки к контрольной за 3 дня без помощи взрослых.

Модуль 2. Формирование личностного самоопределения, жизнеспособности и ЭИ (24 часа)

Цель: Стабилизация самооценки, принятие изменений тела, развитие эмпатии и управление аффектами.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Образ «Я» и подростковый кризис (8 ч)			
25– 26	Я-реальное и Я-идеальное. Принятие своей внешности.	2	Работа с зеркалом, упражнение «Комплимент отражению». Обсуждение стандартов красоты vs уникальность.
27– 28	Мои социальные роли: сын/дочь, друг, ученик.	2	Ролевой анализ. Где я веду себя естественно, а где надеваю маску?
29– 30	Самооценка и зависимость от мнения толпы.	2	Разбор ситуаций буллинга внешнего вида. Укрепление внутреннего стержня.
31– 32	Личные границы: физическое и цифровое пространство.	2	Право на тайну переписки. Умение говорить «Нет» сверстникам и взрослым.
Блок 2. Эмоциональный интеллект и стресс (10 ч)			
33– 34	Шторм эмоций: гормональный взрыв и как с ним жить.	2	Нормализация состояния: «Ты не сходишь с ума, это пубертат». Карта телесных ощущений эмоций.
35– 36	Гнев и агрессия. Безопасный сброс напряжения.	2	Техники выплеска агрессии (спорт, арт-терапия, крик в подушку). Я-сообщения в конфликте.
37– 38	Страх ошибки и перфекционизм.	2	Анализ парализующего страха перед ОГЭ (который уже маячит впереди). Право на черновик.
39– 40	Экзистенциальные вопросы: смысл жизни и скука.	2	Поиск личных ценностей. Что делает меня живым? Хобби как ресурс.

41– 42	Базовые техники релаксации и заземления.	2	Прогрессивная мышечная релаксация. Дыхание «по квадрату» для снятия паники.
Блок 3. Жизнестойкость (6 ч)			
43– 44	Психосоматика: когда тело говорит вместо нас.	2	Связь головной боли/живота с нежеланием идти в школу. Как распознать манипуляцию организма.
45– 46	Копинг-стратегии: как я справляюсь с проблемами.	2	Анализ своих привычных способов реагирования (избегание, нападение, решение).
47– 48	Итоговый тренинг модуля «Эмоциональный иммунитет».	2	Проработка кейса «Меня публично высмеяли в сети / в классе».

Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности и социальной успешности (20 часов)

Цель: Отработка навыков общения в референтной группе, профилактика деструктивного поведения, навыки цифровой гигиены.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Психология группы и дружбы (8 ч)			
49– 50	Законы стаи: иерархия в классе и дворе.	2	Кто такие лидеры, аутсайдеры, нейтралы. Можно ли сменить свой статус?
51– 52	Дружба vs Токсичные отношения.	2	Признаки абьюза среди подростков (манипуляции, газлайтинг). Как расстаться с «плохой компанией».
53– 54	Конфликты с родителями: бунт или потребность в любви?	2	Техника переговоров с взрослыми. Как просить свободы так, чтобы ее дали.
55– 56	Первое увлечение (влюбленность): норма и границы.	2	Романтические чувства в 6 классе. Ревность. Понятие взаимности и уважения границ партнера.
Блок 2. Коммуникация и разрешение конфликтов (6 ч)			
57– 58	Искусство убеждения и аргументации.	2	Факт vs Мнение. Как доказать свою точку зрения учителю или родителю без крика.
59– 60	Переговоры: стратегия.	2	Разбор школьных споров (кто пойдет отвечать, чья очередь мыть доску).
61– 62	Невербалика: язык тела подростков.	2	Как закрытые позы отталкивают людей. Открытая поза для защиты от агрессора.
Блок 3. Цифровая социализация и безопасность (6 ч)			

63– 64	Я в социальных сетях: аватар и реальность.	2	Кибербуллинг: травля в чатах. Цифровой след. Осторожность в общении с незнакомцами.
65– 66	Критическое мышление: фейки и манипуляции.	2	Как отличить правду от провокации в интернете. Опасность челленджей.
67– 68	Итоговая диагностика. Ассамблея достижений.	2	Повторное тестирование. Создание «Карты ресурсов класса» (чем мы можем быть полезны друг другу). Награждение.

Методические особенности реализации для 6 класса:

1. **Смещение акцента:** Если в 5-м классе психолог работает на *адаптацию*, то в 6-м — на *индивидуацию* (отделение от родителей и поиск себя).
2. **Групповая динамика:** Группа должна стать безопасным полигоном. Подростки с ЗПР часто боятся выглядеть глупыми; важно создать атмосферу принятия, где можно ошибаться.
3. **Работа с телом:** Обязательное включение ритмических и двигательных упражнений, так как подросткам трудно сидеть неподвижно из-за физиологического роста.
4. **Цифровизация:** Использование примеров из интернета, игр и мессенджеров как языка, понятного аудитории.

Тематическое планирование занятий с учащимися 7-х классов

Тематическое планирование программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 7-х классов с ЗПР рассчитано на 68 часов (2 часа в неделю).

В 7-м классе (возраст 13–14 лет) специфика работы определяется началом подросткового кризиса, формальным мышлением (по Пиаже), которое только начинает зарождаться у детей с ЗПР, и резким падением учебной мотивации. Основной конфликт: желание быть взрослым при сохраняющемся детском уровне ответственности.

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения (24 часа)

Цель: Формирование абстрактно-логических стратегий обучения, преодоление «интеллектуальной лени», развитие антиципации (умения предвидеть последствия).

№	Тема занятия	Кол- во часов	Краткое содержание
Блок 1. Мышление и работа со сложной информацией (8 ч)			
1–2	Стартовая диагностика: «Мое мышление».	2	Методики: исключение лишнего (вербальный/наглядный материал), сложные аналогии, тест структуры интеллекта Амтхауэра (субтесты).

3–4	От конкретного к абстрактному. Учимся понимать подтекст.	2	Работа с метафорами, пословицами, скрытым смыслом текста. Анализ политической карикатуры или мема.
5–6	Системное мышление. Причинно-следственные связи.	2	Построение цепочек событий («Домино»). Почему плохая оценка по алгебре сегодня — это проблемы с физикой через год?
7–8	Критическое мышление: факт, мнение, стереотип.	2	Разбор рекламных уловок и пропаганды. Как отличить научный факт от личного блога.
Блок 2. Учебная стратегия и самоорганизация (10 ч)			
9–10	Мнемотехники для сложного материала.	2	Метод локусов (дворец памяти), метод пиктограмм для заучивания стихов и определений по химии/физике.
11–12	Скорочтение и сканирующее чтение.	2	Поиск нужной информации в тексте учебника за ограниченное время. Чтение по диагонали.
13–14	Проектирование: от идеи до продукта.	2	Этапы создания проекта: гипотеза → план → ресурсы → защита. Отличие проекта от реферата.
15–16	Тайм-менеджмент в условиях многозадачности.	2	Матрица Эйзенхауэра для недели. Баланс между школой, репетитором и отдыхом.
17–18	Преодоление интеллектуальной прокрастинации.	2	Техника «Съешь лягушку». Договор с собой о выполнении трудных предметов первыми.
Блок 3. Поведенческая саморегуляция (6 ч)			
19–20	Импульсивность vs Осознанный риск.	2	Анализ последствий быстрых решений (курение, опасные челленджи, прогулы). Упражнение «Стоп-сигнал».
21–22	Навык отсроченного удовольствия.	2	Эксперимент «Зефирка» (Маршмеллоу-тест). Зачем ждать ради большего результата?
23–24	Итоговый тренинг модуля «Стратегия победы».	2	Решение кейса: подготовиться к трем разным контрольным за одну неделю без стресса.

Модуль 2. Формирование личностного самоопределения, жизнеспособности и ЭИ (24 часа)

Цель: Проработка экзистенциальных вопросов (кто я?), стабилизация самооценки на фоне сравнения себя со сверстниками, профилактика депрессивных состояний.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Идентичность и ценности (8 ч)			

25– 26	Кто я? Мои идентичности (Гендерная, социальная, личная).	2	Упражнение «Дерево ролей». Принятие своего тела (пубертатные изменения).
27– 28	Я-концепция подростков с ЗПР: комплекс неполноценности.	2	Работа с внутренним критиком. Переход от позиции «Я дефектный» к «У меня есть особенности, которые нужно учитывать».
29– 30	Мои ценности и убеждения. Что для меня важно?	2	Ранжирование ценностей (семья, деньги, свобода, знания). Как ценности влияют на выбор друзей.
31– 32	Жизненный сценарий. Кем я хочу стать?	2	Первые шаги профориентации: типология профессий (человек-человек, человек-техника и др.).
Блок 2. Эмоциональная сфера и стресс (10 ч)			
33– 34	Экзистенциальная тревога: скука, пустота, бессмысленность.	2	Нормализация состояния апатии. Поиск смыслов в малых делах.
35– 36	Зависть и конкуренция.	2	Что делать, если друг лучше учится/имеет дорогие вещи. Как превратить зависть в мотивацию.
37– 38	Одиночество в толпе.	2	Почему бывает одиноко даже среди одноклассников. Качество vs Количество контактов.
39– 40	Управление настроением (Настроение под ключ).	2	Создание индивидуального «Меню радости» (ароматерапия, музыка, спорт, вкус).
41– 42	Психосоматика: язык симптомов.	2	Головные боли перед контрольными, тошнота по утрам. Вторичная выгода болезни.
Блок 3. Антикризисная устойчивость (6 ч)			
43– 44	Буллинг: жертва, агрессор, свидетель. Роли в сети.	2	Травля в мессенджерах. Правовые последствия кибербуллинга. Алгоритм действий свидетеля.
45– 46	Суицидальные мысли и самоповреждение (Self-harm).	2	<i>Осторожная подача:</i> Куда звонить (телефон доверия), как распознать признаки у друга, почему боль не решает проблем.
47– 48	Итоговый тренинг модуля «Моя броня».	2	Тренинг жизнестойкости. Выход из роли жертвы обстоятельств.

Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности и социальной успешности (20 часов)

Цель: Обучение навыкам конструктивной конфронтации, ведению переговоров, пониманию манипуляций и законам групповой динамики.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Глубинная коммуникация (8 ч)			
49–50	Конфликты с родителями: сепарация и бунт.	2	Почему родители «не понимают». Техника взрослого диалога. Права и обязанности подростка.
51–52	Любовь и отношения: симпатия, влюбленность, привязанность.	2	Ревность, измены в школьном формате. Понятие личных границ в отношениях.
53–54	Манипуляции: как нами управляют.	2	Виды манипуляций (чувство вины, лесть, угрозы). Как сказать «Нет» и не чувствовать себя виноватым.
55–56	Умение давать обратную связь (ОС).	2	Правила конструктивной критики. Как сделать замечание так, чтобы человек не обиделся.
Блок 2. Лидерство и командообразование (6 ч)			
57–58	Групповая динамика: стадии развития коллектива.	2	Почему класс постоянно ссорится? Законы формирования группы (формирование-бурление-нормализация).
59–60	Неформальное лидерство. Харизма.	2	Чем отличается лидер от тирана? Качества лидера. Можно ли развить харизму?
61–62	Командная работа над сложным проектом.	2	Распределение ролей в команде (генератор идей, критик, исполнитель). Ответственность каждого.
Блок 3. Социальные риски и этика (6 ч)			
63–64	Девиянтное поведение: алкоголь, никотин, энергетики.	2	Физиологическое влияние на мозг подростка (особенно с ЗПР). Мифы о «безопасном» употреблении.
65–66	Закон и подросток. Административная ответственность.	2	С какого возраста наступает ответственность за порчу имущества, драку, вандализм. Комендантский час.
67–68	Итоговая диагностика. Ассамблея «Взрослые решения».	2	Защита индивидуальных проектов развития на следующий год. Рефлексия изменений за год.

Ключевые акценты планирования для 7 класса:

1. **Темы-табу:** Занятия № 45–46 (суицидальная направленность) проводятся с максимальной осторожностью, без группового обсуждения личного опыта, больше в формате информирования о ресурсах помощи.
2. **Деятельность:** Обязательно использование дебатов. Подросткам с ЗПР важно учиться отстаивать точку зрения, опираясь на логику, а не только на эмоции.

3. **Связь с предметами:** Психолог должен опираться на то, что детям сейчас сложно дается по программе (алгебра, геометрия, физика), показывая, что трудности там — это задачи на логику, которые можно решить алгоритмами из модуля 1.

Тематическое планирование занятий с учащимися 8-х классов

Тематическое планирование программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 8-х классов с ЗПР рассчитано на 68 часов (2 часа в неделю).

В 8-м классе (возраст 14–15 лет) специфика работы определяется пиком подросткового кризиса, началом активной подготовки к ОГЭ и необходимостью профессионального самоопределения. Для подростков с ЗПР этот период осложняется тем, что учебная программа требует абстрактно-логического мышления, которое у них находится в зоне ближайшего развития.

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения (24 часа)

Цель: Формирование метакогнитивных стратегий обучения («умение учиться»), подготовка когнитивной базы для сдачи ОГЭ, развитие антиципации последствий.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Метапознание и работа с информацией (8 ч)			
1–2	Стартовая диагностика: «Мои стратегии обучения».	2	Методика диагностики уровня внутренней свободы / мотивации (СФР), оценка внимания, анализ типичных ошибок по русскому языку/алгебре.
3–4	Как работает моя память? Забывание vs Неусвоение.	2	Кривая забывания Эббингауза. Интервальное повторение. Мнемотехники для формул и дат (дворец памяти).
5–6	Глубокое чтение текстов (параграфы физики, истории).	2	Выделение субъектно-предикативных пар. Отличие фактологии от авторской оценки. Составление тезисного плана.
7–8	Критическое мышление в эпоху ИИ и интернета.	2	Фактчекинг. Как отличить научную статью от мнения блогера. Анализ достоверности источников перед проектом.
Блок 2. Подготовка к ситуации экзамена (ОГЭ) (8 ч)			
9–10	Экзаменационный стресс: физиология и психология.	2	Что происходит с мозгом при стрессе. Почему «все вылетело из головы» и как это вернуть (дыхание, поза силы).
11–12	Работа с бланками ОГЭ. Преодоление страха формата.	2	Тренировка заполнения форм. Алгоритм чтения инструкции к заданию (КИМ).

13–14	Тайм-менеджмент на экзамене. Стратегия обхода трудностей.	2	Правило «сначала легкие задания». Что делать, если задача не решается (пропускать → возвращаться).
15–16	Прокрастинация выпускника. Борьба со страхом белого листа.	2	Техника Pomodoro для подготовки к ОГЭ. Декомпозиция годового плана подготовки.
Блок 3. Поведенческая ответственность (8 ч)			
17–18	Свобода воли и детерминизм. Кто виноват в моих двойках?	2	Локус контроля (интернальный/экстернальный). Упражнение «Перехват ответственности».
19–20	Рискованное поведение: почему я хочу нарушить запрет?	2	Психология подростковых стай. Влияние гормонов на риск. Анализ последствий (административные протоколы).
21–22	Цифровая гигиена и дофаминовая зависимость.	2	Как гаджеты воруют концентрацию. Практика «Цифровой детокс».
23–24	Итоговый тренинг модуля «Фабрика продуктивности».	2	Симуляция недели перед экзаменами: распределение сил, отдых, решение задач без списывания.

Модуль 2. Формирование личностного самоопределения, жизнеспособности и ЭИ (24 часа)

Цель: Стабилизация самооценки в условиях сравнения себя со сверстниками, формирование временной перспективы (будущего), профилактика химических аддикций.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Образ «Я» и взрослость (8 ч)			
25–26	Кризис идентичности: «Я никто или Я кто-то?»	2	Теория статусов идентичности (Дж. Марсиа). Поиск своих уникальных черт вне школьных оценок.
27–28	Самооценка и внешний вид. Принятие несовершенства.	2	Работа с дисморфофобией (чрезмерной озабоченностью внешностью). Акцент на здоровье тела, а не на стандартах красоты.
29–30	Ответственность за выбор. Цена ошибки.	2	Разбор кейсов: пропуск школы → не сдача ОГЭ → низкоквалифицированный труд. Связь действий сегодня и жизни завтра.

31– 32	Профессиональное самоопределение: Хочу — Могу — Надо.	2	Формула Е.А. Климова. Реалистичная оценка своих способностей (ЗПР) при выборе профиля класса/колледжа.
Блок 2. Жизнестойкость и химическая безопасность (10 ч)			
33– 34	Химические зависимости: правда об алкоголе и никотине.	2	Влияние психоактивных веществ на незрелый мозг (особенно с органическим фоном ЗПР). Иллюзия расслабления.
35– 36	Вейпы, снюсы, энергетики: скрытая угроза.	2	Развенчание мифов о безопасности. Юридическая ответственность за употребление/сбыт несовершеннолетним.
37– 38	Психологическая устойчивость.	2	Триада: вовлеченность, контроль, принятие риска. Как оставаться собой под давлением группы.
39– 40	Деньги и подросток. Финансовая грамотность.	2	Карманные расходы, первые заработки, мошенники в сети. Умение говорить «нет» на просьбы дать денег в долг.
41– 42	Конфликт ценностей с родителями.	2	Переход от борьбы за власть к переговорам. Как доказать родителям свою зрелость делами, а не словами.
Блок 3. Эмоциональная регуляция (6 ч)			
43– 44	Любовь, секс и отношения в 8 классе.	2	Границы согласия. Инфантилизм чувств vs Взрослые обязательства. Профилактика ранней беременности и ИППП (информирование).
45– 46	Апатия и потеря смысла. Депрессия: когда пора к врачу.	2	Грань между ленью и клинической депрессией. Куда обращаться за помощью (психиатр/психотерапевт).
47– 48	Итоговый тренинг модуля «Навигатор судьбы».	2	Создание карты будущего (где я учусь, где живу, какая семья).

Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности и социальной успешности (20 часов)

Цель: Навыки ведения сложных переговоров, понимание социальных манипуляций, правовое самосознание.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Высшие коммуникативные навыки (8 ч)			
49– 50	Искусство аргументации и контраргументации.	2	Дебаты. Логические уловки (ad hominem, соломенное чучело). Как спорить, не переходя на личности.

51–52	Распознавание манипуляций (газлайтинг, виктимблейминг).	2	Как понять, что мной пользуются. Способы защиты личных границ в переписке и живом общении.
53–54	Публичные выступления и самопрезентация.	2	Структура речи. Как рассказать о себе на собеседовании в колледж или лагере.
55–56	Нетворкинг: социальные связи как капитал.	2	Как знакомиться со старшими наставниками. Важность репутации.
Блок 2. Социальные риски и право (6 ч)			
57–58	Закон и подросток: УК РФ простыми словами.	2	С какого возраста наступает уголовная ответственность (кражи, драки, наркотики). Судимость и будущее.
59–60	Буллинг 2.0: Кибертравля и stalking.	2	Сбор доказательств травли. Блокировки, жалобы администрации соцсетей, обращение к омбудсмену/полицию.
61–62	Безопасность отношений. Red flags (красные флаги).	2	Признаки абьюзивных отношений. Как уйти от токсичного партнера. Понятие сексуального насилия.
Блок 3. Командная динамика и лидерство (6 ч)			
63–64	Роли в группе по Белбину.	2	Тестирование: кто я в команде (генератор, аналитик, критик, душа компании). Почему группа эффективна только вместе.
65–66	Решение групповых конфликтов. Медиация.	2	Упражнение: помирить две враждующие подгруппы одноклассников. Поиск общего интереса.
67–68	Итоговая диагностика. Прощальный аккорд 8 класса.	2	Выходной мониторинг. Рефлексия «Каким я был в 7-м и каким стал сейчас». План подготовки к 9-му классу.

Особенности реализации планирования:

1. **Правовой блок:** Занятия по УК РФ (№ 57–58) должны проводиться максимально эффективно, часто совместно с социальным педагогом или инспектором ПДН, так как подростки с ЗПР склонны недооценивать тяжесть последствий из-за импульсивности.
2. **Профориентация:** В модуле 2 делается жесткий акцент на *реалистичность*. Подросткам с ЗПР важно помочь выбрать профессию, где их сильные стороны (например, практическое мышление, моторика) переключаются сложности с академической теорией.
3. **Работа с семьей:** В этом возрасте родители часто теряют авторитет. Психологу необходимо проводить встречи с родителями на тему «Как отпустить ребенка, сохранив контроль», чтобы дома поддерживались те же алгоритмы ответственности, что и на занятиях.

Тематическое планирование занятий с учащимися 9-х классов

Тематическое планирование программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 9-х классов с ЗПР рассчитано на **68 часов** (2 часа в неделю).

В 9-м классе фокус смещается на преодоление предэкзаменационного стресса, принятие жизненно важного решения о продолжении обучения (10 класс или колледж) и развитие максимальной самостоятельности. Для подростков с ЗПР этот период критичен: страх перед ОГЭ может спровоцировать регресс навыков.

Модуль 1. Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения (24 часа)

Цель: Максимальное развитие исполнительских функций мозга для успешной сдачи ОГЭ, формирование навыка длительной концентрации и стратегического планирования.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Экзаменационная стрессоустойчивость (10 ч)			
1–2	Стартовая диагностика: «Готовность к ОГЭ».	2	Уровень тревоги (Филлипс/Спилбергер), диагностика внимания в условиях дефицита времени, анализ пробников.
3–4	Физиология экзамена: как не перегореть до старта.	2	Режим сна в апреле-мае. Влияние энергетиков и кофеина на нервную систему подростка с ЗПР. Питание памяти.
5–6	Паническая атака на экзамене: протокол самопомощи.	2	Техники заземления (5-4-3-2-1). Дыхание для снятия тремора рук. Что делать, если забыл всё при входе в аудиторию.
7–8	Стратегия распределения сил на экзамене (ОГЭ).	2	Работа с бланками без ошибок. Алгоритм: просмотр всего КИМа →\rightarrow→ решение "сильных" тем →\rightarrow→ возврат к сложным.
9–10	Прокрастинация последнего года. Борьба со страхом неудачи.	2	Декомпозиция подготовки по месяцам. Техника «Съешь лягушку» для самых сложных предметов.
Блок 2. Управление вниманием и памятью (8 ч)			
11–12	Глубокая концентрация в шумной аудитории.	2	Тренировка помехоустойчивости. Навык игнорирования шуршания, кашля соседей, скрипов.
13–14	Мнемотехники для гуманитарных и точных наук.	2	Формулы запоминания дат, правил русского языка, иностранных слов. Метод локусов для пересказа истории.

15–16	Чтение инструкций: почему мы теряем баллы?	2	Типичные ошибки из-за невнимательного чтения задания («найдите одно слово» vs «все слова»). Тренинг внимательности к деталям.
17–18	Скорость переключения между заданиями разного типа.	2	Переход от творческого задания (сочинение) к алгоритмическому (алгебра) без потери фокуса.
Блок 3. Поведенческая автономия (6 ч)			
19–20	Тайм-менеджмент взрослого человека.	2	Баланс: подготовка к ОГЭ + работа/семья/секции. Планирование недели Google Календарем/дневником.
21–22	Ответственность за выбор будущего пути.	2	Анализ последствий: «Я не готовлюсь сейчас → \rightarrow я не прохожу порог → \rightarrow мои варианты сужаются до...».
23–24	Итоговый тренинг модуля «Холодная голова».	2	Симуляция реального экзамена (пробник) с последующим разбором психологических реакций.

Модуль 2. Формирование личностного самоопределения, жизнеспособности и ЭИ (24 часа)

Цель: Профессиональное самоопределение с учетом структуры дефекта, сепарация от родителей, профилактика деструктивных выходов из стресса.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Профориентация и будущее (10 ч)			
25–26	Мои сильные стороны глазами рынка труда.	2	Аудит навыков (Soft & Hard skills). Что я умею делать руками/головой лучше других?
27–28	Выбор после 9-го класса: Колледж vs 10-й класс.	2	Реалистичная оценка шансов сдать ЕГЭ через 2 года (при ЗПР это часто сложнее). Преимущества раннего входа в профессию.
29–30	Деньги и независимость. Первые заработки.	2	Легальные способы подработки для несовершеннолетних. Карманные расходы vs Бюджет. Финансовые мошенники.
31–32	Визит в мир профессий (Экскурсии/Мастер-классы).	2	Посещение колледжей или предприятий. Общение со студентами с похожими особенностями развития.
33–34	Составление резюме и портфолио достижений.	2	Как написать письмо работодателю или приемной комиссии колледжа. Оформление волонтерской книжки.
Блок 2. Жизнестойкость и здоровье (8 ч)			

35– 36	Химические ловушки: снятие стресса алкоголем/вейпами.	2	Почему подросткам с ЗПР нельзя употреблять ПАВ (быстрое формирование зависимости на органически измененной почве).
37– 38	Психогигиена отношений. Токсичное окружение.	2	Как понять, что друзья тянут вниз. Право менять круг общения перед важным этапом жизни.
39– 40	Цифровая безопасность и репутация.	2	Проверка своих соцсетей глазами приемной комиссии. Кибербуллинг во время подготовки к экзаменам.
41– 42	Сексуальное здоровье и границы.	2	Инфантильная сексуальность при ЗПР. Понятие осознанного согласия. Ответственность и контрацепция.
Блок 3. Эмоциональная сепарация (6 ч)			
43– 44	Конфликт поколений: родители боятся отпускать.	2	Переговоры о свободе. Как доказать взрослым свою зрелость через ответственность за учебу.
45– 46	Страх перед новой средой (колледж/новый коллектив).	2	Как знакомиться в новом месте. Синдром самозванца: «Меня отчислят/уволят, потому что я глупее всех».
47– 48	Итоговый тренинг модуля «Архитектор жизни».	2	Защита личного плана действий на летние каникулы и следующий учебный год.

Модуль 3. Развитие коммуникативной деятельности и социальной успешности (20 часов)

Цель: Навыки делового общения, правовая грамотность, умение договариваться в официальных инстанциях.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание
Блок 1. Деловая коммуникация (8 ч)			
49– 50	Коммуникация со взрослыми: учитель, врач, чиновник.	2	Официально-деловой стиль речи. Как задать вопрос, чтобы получить помощь, а не формальную отписку.
51– 52	Собеседование (в колледж, на работу, в лагерь).	2	Ролевая игра «Интервью». Как отвечать на неудобные вопросы о слабых сторонах. Внешний вид.
53– 54	Телефонный разговор и деловой этикет.	2	Правила записи к врачу, уточнения информации в колледже по телефону. Отработка диалогов.
55– 56	Решение конфликтов правовым путем.	2	Куда обращаться, если нарушают твои права (КДН, опека, полиция, горячие линии). Заявление: структура документа.

Блок 2. Социальные роли и этика (6 ч)			
57–58	Лидерство и влияние без агрессии.	2	Харизма эксперта. Как вести за собой знаниями и спокойствием, а не силой.
59–60	Этика цифрового общения.	2	Переписка в рабочих чатах. Почему голосовые сообщения могут раздражать. Эмодзи в общении со взрослыми.
61–62	Волонтерство и социальный вклад.	2	Зачем помогать другим? Поиск смысла в бескорыстной деятельности как способ повышения самооценки.
Блок 3. Завершение школьного этапа (6 ч)			
63–64	Прощание со школой: горевание и благодарность.	2	Проживание расставания с одноклассниками (особенно актуально для детей с ЗПР, привязывающихся к среде).
65–66	Выпускной балл: ожидания и реальность.	2	Как вести себя на торжественных мероприятиях. Безопасность на выпускном (алкоголь, прогулки ночью).
67–68	Итоговая диагностика. Рефлексия «Мой путь от 5 к 9 классу».	2	Сравнение карт личности (сентябрь 5 кл. vs май 9 кл.). Вручение сертификатов ПКР. Напутственное слово.

Ключевые методические рекомендации для 9 класса:

1. **Интеграция с предметами:** Психолог работает в тесной связке с учителями русского языка и математики. Если ученик паникует у доски (модуль 2), учитель дает ему возможность ответить письменно у стены, закрепляя успех.
2. **Работа с родителями (Модуль 2):** Обязательные собрания на тему «Адекватный выбор колледжа». Родители детей с ЗПР часто пытаются реализовать свои амбиции через ребенка, толкая его в профильный 10-й класс, где он может не справиться. Задача психолога — перевести разговор в плоскость *реальных способностей*, а не желаний.
3. **Правовой блок (Модуль 3):** Занятия должны проводить совместно с социальным педагогом. Подростки с ЗПР из-за сниженного понимания подтекста и импульсивности легче вовлекаются в правонарушения (участие в драках, кражах в супермаркетах «на слабо»).
4. **Летний мост:** Последнее занятие должно закончиться составлением конкретного списка контактов психологической поддержки на лето (телефоны доверия), так как после ухода привычной школьной среды тревога выпускников резко возрастает.

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения программы

Материально-техническое обеспечение программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога для обучающихся 5–9 классов с ЗПР должно учитывать две ключевые особенности: потребность подростков в визуализации абстрактных понятий и необходимость создания «безопасного пространства», отличающегося от строгой учебной аудитории.

Ниже представлено подробное описание оснащения кабинета, разделенное на функциональные блоки.

1. Помещение и зонирование

Кабинет психолога не должен напоминать обычный класс. Для подростков с ЗПР важна возможность смены деятельности и позы.

- **Площадь:** не менее 15–20 кв. м для индивидуальной работы и до 30–40 кв. м для групповой (до 8–10 человек).
- **Зона ожидания/ресепшн:** Небольшая полка или столик у входа с буклетами о стрессе, профориентации и графике работы.
- **Учебно-диагностическая зона:**
 - ✓ Парты со стульями, которые можно легко перемещать для формирования круга или малых групп (вместо классической школьной расстановки).
 - ✓ Маркерная доска или флипчарт (обязательно), так как подросткам с ЗПР необходимо видеть структуру занятия визуально.
- **Креативно-релаксационная зона (мягкая зона):**
 - ✓ Кресла-мешки (бин-бэги) или бескаркасные диваны.
 - ✓ Плотные шторы блэкаут или жалюзи для регулировки освещения (создание полумрака при релаксации).
 - ✓ Напольное покрытие (ковер), позволяющее сесть на пол.
- **Санитарный узел:** Желательно наличие доступа к туалету и раковине рядом с кабинетом (для тренингов с использованием красок, глины или после дыхательных практик).

2. Оборудование

Наименование	Назначение и специфика использования для ЗПР
Компьютерное оборудование	Ноутбук или ПК с выходом в интернет, колонками и микрофоном. Используется для онлайн-тестирования, просмотра видеофрагментов (анализ поведения героев), демонстрации презентаций. Для подростков это привычная среда, снижающая сопротивление терапии.
Мультимедийный проектор и экран / ТВ-панель	Необходимы для групповых занятий. Визуализация данных помогает подросткам с дефицитом слухового восприятия удерживать инструкцию. Демонстрация инфографики вместо чтения длинных текстов.
Принтер (желательно МФУ)	Для печати индивидуальных бланков, чек-листов самопроверки, памяток по саморегуляции, протоколов диагностики. Подростки с ЗПР лучше работают с печатным текстом, чем с рукописным.
Система хранения	Запираемые шкафы для хранения стимульного материала методик (чтобы исключить знакомство с тестами заранее) и личных карт учащихся. Открытые

	стеллажи для методической литературы и коробок с играми.
Офисная техника	Ламинатор (для создания долговечных карточек-подсказок, которые подросток может носить в пенале) и брошюровщик (оформление рабочих тетрадей).
Часы (визуальный таймер)	Настенные часы или электронный таймер (например, Time Timer), где время видно графически (убывающий красный диск). Критически важен для детей с нарушением чувства времени.

3. Учебно-методические материалы и пособия

А. Диагностический инструментарий

Для 5–9 классов используются методики, оценивающие не только интеллект, но и регуляторную сферу:

- **Внимание и работоспособность:** Таблицы Шульте (цифровые и буквенные), Тест Тулуз-Пьерона, Методика Мюнстерберга, Счет по Крепелину.
- **Мышление:** Матрицы Равена (цветной/черно-белый вариант), Субтесты Амтхауэра (анalogии, классификация), методика Лачинса («Гибкость мышления»).
- **Личность и эмоции:** Опросник Филлипса (школьная тревожность), шкала Спилбергера-Ханина, методика Дембо-Рубинштейн (самооценка), проективные тесты («Несуществующее животное», Дом-Дерево-Человек, Рисунок семьи кинетический).
- **Профориентация:** ДДО Е.А. Климова, карта интересов А.Е. Голомштока (адаптированная).

Б. Коррекционно-развивающий инструментарий

- **Нейропсихологический блок:**
 - ✓ Балансировочные доски (балансиры) для развития межполушарного взаимодействия.
 - ✓ Наборы балансировочных подушек (сенсорных сидений), которые позволяют подростку легально совершать микродвижения на стуле, выплескивая гиперактивность.
 - ✓ Гимнастические мячи (фитболы).
- **Игровой и метафорический блок:**
 - ✓ Ассоциативные метафорические карты (МАК) — наборы «Persona», «ОН» или специализированные подростковые колоды. Помогают говорить о проблемах через образы, снимая защиты.
 - ✓ Настольные игры на коммуникацию и стратегию: «Имаджинариум», «Дженга» (учит контролю силы и терпению), «Экивоки», шахматы/шашки.
 - ✓ Кубики историй (Story Cubes) для развития связной речи и воображения.
- **Арт-терапевтический блок:**
 - ✓ Качественный пластилин или полимерная глина (работа с агрессией и телесными зажимами).
 - ✓ Альбомы для рисования (А4, А3), гуашь, акварель, пастель (сухая и масляная).
 - ✓ Журналы для коллажей, ножницы, клей.
- **Блок саморегуляции:**

- ✓ Маятники, мобили, калейдоскопы (для медитации и снятия зрительного напряжения).
- ✓ Поющие чаши или простые музыкальные инструменты (для звукотерапии).
- ✓ Экспресс-альбомы для раскрашивания антистресс (мелкая моторика успокаивает нервную систему).

4. Канцелярские принадлежности и расходные материалы

Подростки с ЗПР часто дезорганизованы, поэтому наличие базового набора в кабинете обязательно:

- Бумага А4 (белая и цветная), ватманы (формат А1 для групповых проектов).
- Ручки, карандаши (простые мягкие и твердые), точилки, ластик, линейки.
- Маркеры для доски (разных цветов), магниты.
- Стикеры разных форм и цветов (используются для техники мозгового штурма и планирования).
- Бейджи для участников тренинга (снятие барьера анонимности и создание рабочей атмосферы).
- Файлы-конверты на кнопке или молнии (для хранения индивидуального портфолио ученика с его чек-листами и грамотами).

5. Информационное обеспечение

- **Библиотека специалиста:** Наличие актуальной научной и методической литературы по нейропсихологии детского возраста (Т.В. Ахутина, Л.С. Цветкова, А.В. Семенович), возрастной психологии подростков (Л.Ф. Обухова, И.В. Шаповаленко) и работе с детьми с ОВЗ.
- **Демонстрационные материалы:** Плакаты с пирамидой потребностей Маслоу, кругом эмоций Плутчика, схемой строения мозга (упрощенной), техниками дыхания (квадратное дыхание).
- **Цифровые ресурсы:** Доступ к платформам для проведения веб-квестов, интерактивным доскам (Miro/Jamboard) для совместного планирования задач группой.

Наличие данного материально-технического обеспечения позволяет реализовать системный подход, где диагностика плавно перетекает в коррекцию, а кабинет становится местом, куда подросток с ЗПР хочет приходить за поддержкой, а не куда его ведут принудительно.

3.2. Список использованной литературы

Список литературы для программы коррекционной работы (ПКР) педагога-психолога с обучающимися 5–9 классов с ЗПР должен включать нормативно-правовые акты, фундаментальные труды по нейропсихологии и возрастной психологии, а также практические пособия по работе с подростками.

1. Нормативно-правовое обеспечение

1. **Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»** (с изменениями).
2. **Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»** (в части общих принципов организации коррекционной работы).
3. **Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы**

обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (используется как база при отсутствии обновленных ФГОС ОВЗ для ЗПР среднего звена).

4. **Санитарные правила СП 2.4.3648-20** «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. **Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года.**

II. Научно-теоретическая основа (Фундаментальная психология)

Психология подросткового возраста и возрастная психология

1. **Выготский Л.С.** *Проблема возраста.* — М.: Изд-во МГУ, 2019. (Теория зон ближайшего развития, специфика возрастов).
2. **Эльконин Д.Б.** *Психическое развитие в детских возрастах.* — М.: Институт практической психологии; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2023. (Ведущая деятельность подростков — интимно-личностное общение).
3. **Фельдштейн Д.И.** *Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности.* — М.: МПСИ, 2019.
4. **Прихожан А.М.** *Причины, профилактика и преодоление тревожности.* // Живая психология. — 2014. (Тревожность как ключевой фактор дезадаптации у подростков с ЗПР).
5. **Толстых Н.Н.** *Психология подросткового возраста.* — М.: Юрайт, 2020.

Нейропсихология и психофизиология

1. Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. *Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход.* — СПб.: Питер, 2019. (Методы коррекции регуляторных функций — программирования и контроля).
2. Семенович А.В. *Введение в нейропсихологию детского возраста.* — М.: Генезис, 2017.
3. Цветкова Л.С. *Нейропсихологическое консультирование и диагностика в практике психолога образования.* — М.: Педагогическое общество России, 2018.
4. Микадзе Ю.В. *Нейропсихология детского возраста.* — СПб.: Питер, 2021.

III. Методическое обеспечение и технологии (Практический инструментарий)

Диагностический инструментарий

1. Ясюкова Л.А. *Психологическая диагностика готовности к обучению в основной школе (комплект с методическим руководством).* — СПб.: Иматон, 2019. (Оптимально для перехода из 4 в 5 класс).
2. Вассерман Л.И., Дорофеева С.А., Меерсон Я.А. *Методы нейропсихологической диагностики.* — СПб.: Стройлеспечать, 2007. (Классические шкалы и пробы).
3. Немов Р.С. *Психодиагностика.* — М.: ВЛАДОС, 2018. (Опросы, тесты интеллекта, личностные методики).
4. Прихожан А.М. *Методика диагностики школьной тревожности Филлипса (адаптация и интерпретация).*
5. Головей Л.А. (ред.). *Практикум по возрастной психологии.* — СПб.: Речь, 2022.

Коррекционно-развивающие программы и тренинги

1. Коблик Е.Г. *Первый раз в пятый класс! Программа адаптации учащихся средней школы.* — М.: Генезис, 2019. (Базовый модуль для 5 класса).

2. Резапкина Г.В. *Отбор в профильные классы. Ресурсный диагностический комплект*. — М.: Генезис, 2019. (Для модулей профориентации в 8–9 классах).
3. Анн Л.Ф. *Психологический тренинг с подростками*. — СПб.: Питер, 2018. (Развитие коммуникативных навыков и лидерства).
4. Кэджусон Х., Шеффер Ч. *Практикум по игровой терапии*. — СПб.: Речь, 2019. (Актуально для отработки эмоций через метафоры).
5. Макарычева Г.И. *Тренинг профилактики рискованного поведения и формирования жизнестойкости подростков*. — СПб.: Речь, 2019. (Критически важно для 7–9 классов с ЗПР ввиду их виктимности).
6. Баженова Ю.А. *Программа психологической подготовки выпускников к ГИА (ОГЭ)*. — М.: Учитель, 2024.

Работа с семьей

1. Хухлаева О.В. *Работа психолога с родителями: концепция и сценарии занятий*. — М.: Форум, 2020.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. *Общаться с ребенком. Как?* — М.: АСТ, 2022. (Основы построения диалога с подростком).

IV. Периодические издания и базы знаний

Рекомендуется использовать актуальные статьи из рецензируемых журналов за последние 5 лет:

- Журнал «Вестник практической психологии образования».
- Журнал «Психологическая наука и образование».
- Журнал «Клиническая и специальная психология» (для понимания нейробиологических основ ЗПР).
- Информационный портал PsyJournals.ru.