



## Пояснительная записка

Программа коррекционного курса разработана в соответствии с нормативными документами, регламентирующими работу образовательных учреждений, в том числе, регламентирующих работу педагога-психолога в образовательном учреждении, а также методических материалов, рекомендованных Министерством просвещения РФ.

**Адресат:** обучающаяся 9 класса

**Рекомендации ТПМПК:** коррекция и развитие компетенций коммуникативной, эмоционально-волевой и личностной сферы.

**Вариант программы** по ФГОС ООО.

Центральным новообразованием в старшем подростковом возрасте (15-17 лет) становится профессиональное и личностное самоопределение. Подросток стремится сформировать внутреннюю позицию по отношению к себе («Кто Я?», «Каким Я должен быть?»), по отношению к другим людям, а также к моральным ценностям. Потребность в определении своих жизненных целей, нахождении своего места в жизни, устремленность в будущее становятся отличительной особенностью именно старшего школьного возраста.

Задача педагога-психолога – помочь старшим подросткам понять себя, свои возможности, ограничения, определиться, сделать выбор, адекватный для развития и становления полноценной личности.

В основу разработки программы профориентационного психологического консультирования, направленного на преодоление кризиса выбора профессиональной деятельности старшего подростка с ограниченными возможностями здоровья, положены результаты психодиагностического исследования.

**Цель курса** – формирование жизненных навыков и навыков эмоциональной само регуляции у старшего подростка с ограниченными возможностями здоровья, (снижение эмоциональной напряженности на этапе подготовки к ГИА)

**Задачи:**

1. В доступной форме предоставить подростку с ограниченными возможностями здоровья знания о различных заболеваниях организма и учете их при выборе профессии; знания об индивидуальных психофизиологических и психологических особенностях и их значении в выбранной профессии; знания о личностных особенностях, интересах, склонностях, жизненных целях.
2. Познакомить подростка с ограниченными возможностями здоровья с приемами, способами и средствами самопознания, методами и приемами саморегуляции.
3. Формировать умения подростка с ограниченными возможностями здоровья получать и анализировать информацию о своих личностных особенностях в связи с выбором профессии.

**Форма консультативной работы** – индивидуальные занятия с педагогом-психологом, которые проводятся в свободное от учебных занятий время.

**Сроки реализации программы** – 2023-2024 учебный год.

Программа рассчитана на 34 занятия, 1 занятие в неделю, продолжительность занятия 40 минут.

**Психодиагностический блок.**

В сентябре проводится диагностика уровня когнитивного, коммуникативного, эмоционального развития обучающегося.

«Запоминание 10 слов» (автор - А. Р. Лурия), вербализация пространственно-временных представлений и владение речевыми конструкциями, узнавание наложенных изображений (фигуры Поппелрейтора), узнавание конфликтных изображений-нелепиц, «Определение понятий» (вербальный вариант), «Сравнение понятий» (вербальный вариант), «Простые аналогии» (вербальный вариант), понимание сюжетной картины

«Снежок», рассказ для чтения «Умная ворона», Прогрессивные матрицы Дж. Равена, Восьмицветовой тест М. Люшера (в модификации О.Ф. Дубровской).

### Перечень используемых психодиагностических методов и методик

<i>№ n/n</i>	<i>Наблюдаемые параметры</i>	<i>Методики</i>
1.	<i>Когнитивная (познавательная) сфера</i>	
	Сформированность высших психических функций (мышление, произвольная память, визуальное мышление, произвольное внимание)	«Запоминание 10 слов» (автор - А. Р. Лурия), вербализация пространственно-временных представлений и владение речевыми конструкциями, узнавание наложенных изображений (фигуры Поппельрейтора), узнавание конфликтных изображений-нелепиц, «Определение понятий» (вербальный вариант), «Сравнение понятий» (вербальный вариант), «Простые аналогии» (вербальный вариант), понимание сюжетной картины «Снежок», рассказ для чтения «Умная ворона», Прогрессивные матрицы Дж. Равена.
2.	<i>Эмоционально-волевая сфера</i>	
	Актуальное эмоциональное состояние, актуальный уровень тревожности	Восьмицветовой тест М. Люшера (в модификации О.Ф. Дубровской), наблюдение, самооценка.
3.	<i>Коммуникативная сфера</i>	
		Восьмицветовой тест М. Люшера (в модификации О.Ф. Дубровской), наблюдение, стандартизированное интервью.

### Оценка эффективности коррекционно-развивающей деятельности

Результаты исследований различных областей представляются в виде шкалы:

4 – *уровень выше среднего* - обучающийся самостоятельно справляется с предложенным заданием;

3 – *средний уровень* - обучающийся справляется с предложенным заданием с дозированной помощью;

2 – *уровень ниже среднего* - обучающийся частично справляется с заданием;

1 – *низкий уровень* - обучающийся не справляется с заданиями.

– косвенным показателем эффективности представленных занятий может быть снижение тревожности в связи с предстоящими выпускными испытаниями, понимание мира профессий, определение профессионального выбора, построение индивидуальной профессиональной траектории др.

Кроме того, необходимо оценивать динамику актуального эмоционального состояния подростка, наблюдаемую в ходе психологических занятий. Результаты обследования развития познавательных психических процессов помогут корректировать и выявлять динамику и особенности продвижения в коррекционно-образовательном процессе обучающегося с ОВЗ.

### Основные направления психолого-педагогического сопровождения (согласно ФГОС ОО):

- Консультирование;
  - Коррекционная работа:
- сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся;

- развитие своей экологической культуры дифференциации и индивидуализации обучения;
- обеспечение осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной сферы деятельности;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде.

#### **Планируемые результаты освоения курса**

- 1) понимание и осознание своих возможностей, прежде всего здоровья, и соотнесение их с требованиями выбираемой профессии;
- 2) знание приемов, способов и средств самопознания, методов и приемов саморегуляции;
- 3) сформированные умения получать и анализировать информацию о своих личностных особенностях в связи с выбором профессии.

#### **Особые условия реализации программы коррекционного курса**

Организация пространства:

Технические средства:

- ноутбук, принтер.

Дидактические материалы:

- Карточки, раздаточные листы.
- Иллюстрации.
- Дидактические и настольные игры.

*Перечень учебно-методического обеспечения:*

1. Голерова О.А. Профориентационная работа с подростками в школе: методика «Путеводитель» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2012. Том 9. № 3. С. 89–97. URL: [https://psyjournals.ru/vestnik\\_psyobr/2012/n3/Golarova.shtml](https://psyjournals.ru/vestnik_psyobr/2012/n3/Golarova.shtml)

2. Тутубалина Н.В. Твоя будущая профессия: сборник тестов по профессиональной ориентации / Н.В.Тутубалина – 2-е изд. – Ростов н/Д: «Феникс», 2006. – 288 с.

3. Шмидт В.Р. Классные часы и беседы по профориентации для старшеклассников: 8-11 класс. – М.: ТЦ Сфера, 2007.

4. Черникова Т.В., Шашкова З.В. Профориентационная поддержка старшеклассников: учеб. – метод. пособие. – М.: Глобус, 2006. – 256 с.

5. Фопель К. На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Планирование жизни. Решение проблем. Сотрудничество / Пер. с нем. – М: Генезис, 2020. – 184 с.

#### **Содержание профориентационного психологического консультирования**

<b>Этапы</b>	<b>Основные направления консультирования</b>	<b>Содержание психологического консультирования</b>
I этап	Формирование знаний о себе как субъекте профессионально-трудовой деятельности	Формирование знаний о состоянии здоровья и противопоказаниях к условиям и характеру труда. Формирование знаний об индивидуальных личностных особенностях, интересах, склонностях и предпочтениях, собственных жизненных целях и способах самовоспитания

II этап	Формирование знаний о профессии	Формирование знаний о мире труда для обучающейся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, противопоказаниях к труду. Формирование умений проанализировать профессию с точки зрения ее соответствия состоянию здоровья, психофизическим особенностям.
III этап	Формирование умений совершать действия по подготовке себя к профессиональному выбору	Формирование умений оценить соответствие своих особенностей требованиям выбираемой профессии. Формированию осознанного отношения к ценностям окружающего мира и их дифференциации. Формирование умений совершать действия по получению знаний о себе и о выбираемой профессии. Формирование умений по составлению плана подготовки к профессии.
IV этап	Психологическое сопровождение на этапе итоговых испытаний в выпускном классе	Формирование знаний о стрессе, его последствиях, методах и приемах саморегуляции. Формирование навыка регуляции собственных негативных эмоциональных состояниях. Формирование стрессоустойчивости.

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Содержание занятия	дата проведения
<b>Вводная диагностика</b>			
1-2	Вводная диагностика	Изучение эмоционально-волевой, познавательной, коммуникативной сфер.	
<b>Познай себя</b>			
3	Уникальность личности каждого человека.	Приветствие. Психогимнастика. Упражнение «Автобиография». Рефлексия.	
4	Направленность и структура ценностей личности.	Приветствие. Психогимнастика. Упражнение «Волшебная лавка». Рефлексия.	
5-6	Особенности формирования личности человека с нарушением зрения и нарушением опорно-двигательного аппарата. Пригодность к	Приветствие. Психогимнастика. Упражнение «Чемодан в дорогу». Рефлексия.	

	профессии.		
<b>Мир профессий</b>			
7-8	Готовность к выбору профессии.	Приветствие. Сущность готовности к выбору профессии. Ситуация выбора профессии («хочу-могу-надо»). Ошибки при выборе профессии. Компетентность в выборе профессии: знание мира профессий и знание себя как объекта профессионально-трудовой деятельности, умение соотнести свои возможности с требованиями профессии и умение организовать себя на выбор профессии. Рефлексия.	
9	Типы личности и свойственные им профессии.	Приветствие. Теория Дж. Голланда. Определение типа собственной личности и соответствующих профессиональных сфер. Рефлексия.	
10-11	Мир профессий для людей с нарушениями зрения и нарушениями опорно-двигательного аппарата.	Приветствие. Значение труда в жизни человека. Профессиональные возможности лиц с нарушениями зрения и нарушениями опорно-двигательного аппарата. Классификация профессий по профессионально-производственным факторам. Учет состояния здоровья труда при выборе профессии. Рефлексия.	
12-13	Жизненные цели и выбор профессии.	Приветствие. Роль ценностных ориентаций в формировании личности. Жизненные цели человека и образ жизни. Этапы саморазвития: целеполагание, планирование, организация, реализация целей и анализа результатов. Рефлексия.	
14	Современный рынок труда.	Приветствие. Востребованные профессии. Безработица и пути поиска работы. Трудоустройство инвалидов: интегрированный подход. Рефлексия.	
15-16	Личная профессиональная перспектива.	Приветствие. Понятие личной профессиональной перспективы. Построение личной профессиональной перспективы. Рефлексия.	
<b>Я и общество</b>			
17-18	Какой Я? Какой ты?	Приветствие. Визуализация вербальной фразы. Упражнение «Закончи предложение». Упражнение «Зашифрованное качество». Упражнение «Я бы хотел стать более». Рефлексия.	
19	Положительный образ Я.	Приветствие. Упражнение «Волшебная лавка». Рефлексия.	
20-21	Понимать других: как?	Приветствие. Упражнение «Розовый куст». Упражнение «Мои ценности». Рефлексия.	
22	Качества, важные для общения	Приветствие. Упражнение «Снежки». Рефлексия.	
<b>Оцени и измени себя</b>			
23	Приемы	Приветствие. Упражнение «Ромб» (по Н.	

	самодиагностики личности.	Пезешкиану). Рефлексия.	
24-25	Умение слушать и эмпатия	Приветствие. Упражнение «Что значит понимать другого». Упражнение «Спасибо тебе за...» Рефлексия.	
26-28	Стресс и стрессоустойчивость	Приветствие. Упражнение «Чай в половине двенадцатого ночью». Упражнение «Назови сильные стороны». Рефлексия.	
29-30	Методы и приемы саморегуляции: дыхательные техники, приемы визуализации.	Приветствие. Демонстрация и обучение дыхательным техникам, приемам визуализации. Рефлексия.	
31-32	Методы и приемы саморегуляции: аутогенная тренировка.	Приветствие. Демонстрация и обучение аутогенной тренировке (классическая по Шульцу, по методу Н. Петрова). Рефлексия.	
33	Заключительная диагностика.	Анализ и систематизация полученных умений и навыков. Исследование динамики изменений эмоционально-волевой, коммуникативной сфер.	
34	Обобщающее занятие	Составление жизненного плана	

## Литература

1. Ишкова, М.А. Основы психологического консультирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / М.А. Ишкова. — Москва: ФЛИНТА, 2015. — 115 с.
2. Карпович, Т. Н. Психологическая коррекция эмоциональной сферы в юношеском возрасте [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Т. Н. Карпович, И. М. Павлова. — Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2009. — 104 с.
3. Левченко И.Ю., Приходько О. Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 192 с.
4. Мальцева, Т. В. Профессиональное психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям «Психология» и «Юриспруденция» / Т. В. Мальцева, И. Е. Реуцкая. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 143 с.
5. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. — СПб.: Речь, 2010. — 400 с.
6. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками/Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пяткова О.М.; под общей ред. Битяновой М.Р. — СПб.: Питер, 2005. — 304с.: ил. — (Серия «Практикум по психологии»)
7. Филатов, Ф. Р. Основы психокоррекции [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов / Ф. Р. Филатов. — Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2011. — 198 с.