



**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга**

Московский пр., дом. 203, лит. А

Тел.: 417 32 10

Обсуждена и согласована

Председатель МО

К.Г. Бражникова

« 26 » августа 2025 г.

Обсуждена и согласована

Заместитель директора по УМР

О.А. Мукадесова

« 27 » августа 2025 г.

Принята педагогическим советом

школы № 613

Протокол № 1 от

« 27 » августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы № 613

О.Н. Рябова

Приказ № _135_

« 28 » августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
психолого-педагогического сопровождения
«Развитие социальной уверенности»
5 А КЛАССА
(1 варианта обучения)

Составлена педагогом психологом: Машеевым Константином Вячеславовичем

_____ квалификационной категории

Учебный год: 2025-2026

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Санкт - Петербург

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

23.12.25 09:38 (MSK)

Сертификат 16670842EF3E8D0171D1AFB9F76132C4

Нормативная основа программы

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 (далее – ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями);
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28-09-2020 года N 28об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 2 от 28-01-2021 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" вступает в силу с 01.03.2021 года;
- Приказа О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года N 254;
- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью интеллектуальными нарушениями (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026);
- Решением педагогического совета ГБОУ школа № 613, Протокол № 1 от 31-08-2023;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга;

**Пояснительная записка к рабочей программе
коррекционно – развивающих занятий по курсу
«Развитие социальной уверенности»
«5-«А» класс
(I вариант обучения)**

В переходный период до введения ФГОС образования обучающихся с нарушением интеллекта, учитывая психофизические особенности обучающихся с ОВЗ, использование федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии», возможно в части, не противоречащей действующему законодательству.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Социальная уверенность как качество личности проявляется в сфере взаимодействия ребенка с другими людьми. Эффективность взаимодействия зависит от социальных способностей и социальных навыков, нравственных качеств, которые дают ребенку возможность выбрать приемлемый для собственной индивидуальности способ самоутверждающего поведения. Социально уверенный ребенок верит в то, что он будет действовать успешно и правильно, добьется положительного результата при решении трудных задач.

В соответствии с Декларацией о правах умственно отсталых лиц, принятой Генеральной Ассамблеей ООН 20.12.71, а также Конвенцией о правах ребенка, принятой в 1989 году, государства, подписавшие эти документы, признают право неполноценного ребенка на особую заботу и отвечают за оказание этой заботы о нем. Помощь, обеспечивающая доступ к услугам в области образования, медицинского обслуживания, профессиональной подготовки и трудовой деятельности приводят к наиболее полному вовлечению ребенка в социальную жизнь.

Проявление социально-уверенного поведения присуще детям, имеющим высокий уровень социального развития. Гуров В.Н. под социальным развитием ребенка предполагает формирование у него положительного отношения к себе, другим людям, окружающему миру, формирование коммуникативной и социальной компетентности. Шамова Т.И., Третьяков П.И., Капустин Н.П. характеризуют социальное развитие как усвоение нравственных норм и руководство ими в отношениях человека с окружающим миром, в его поведении, действиях и поступках.

Отечественные психологи Л.С. Выготский, Л.С. Рубинштейн, П.Я. Гальперин, Л.И. Божевич в качестве доминирующей стороны в развитии личности называют социальный опыт. Выготский Л.С. подчеркивал, что социальный опыт – это опыт других людей, который входит очень значительным компонентом в поведение человека.

Согласно учению Л.В. Выготского: «Ребенок усваивает только тот опыт, который им был воспринят». «Перегруженность отрицательным опытом, негативными ценностями и образцами поведения отрицательно

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

23.12.25 09:38 (MSK)

Сертификат 16670842EF3E8D0171D1AFB9F73132C4

3

сказываются на развитии детей. По данным диагностики, большое число детей имеет сенсорное недоразвитие, задержку психического развития и интеллектуальную недостаточность.

Существующие традиционные подходы к организации воспитательного процесса (а так же педагогические технологии) не учитывают в полном объеме всех этих факторов. Поэтому возникла необходимость создания программы деятельности, которая могла бы дать ребенку качественные изменения жизни, отношений с миром, окружающими людьми, снять остроту психического напряжения, провести адаптацию ребенка к жизни в социально здоровой среде, вернуть его к важнейшим формам человеческой жизнедеятельности: игре, познанию, труду, общению. Согласно современным требованиям к социально-реабилитационному процессу и соответственно показателям развития детей с девиантным поведением, была создана программа «Развитие социальной уверенности».

Целью данной программы является личностная реабилитация ребенка через укрепление уверенности в себе, понимание им своих личных особенностей и возможностей в общении с окружающим миром.

Данная цель может быть достигнута при решении следующих задач:

- Формирование: а) позитивного отношения ребенка к своему «Я»; б) умения правильно оценить и охарактеризовать особенности своей личности; в) умения выделять свои достоинства и недостатки.
- Формирование у детей умений и навыков практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой) – средствами человеческого общения;
- Воспитание интереса к окружающим людям, развитие чувства понимания, сопереживания и терпимости;
- Развитие у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях, умения освобождаться от социального страха в общении с окружающими;
- Обучение способам внутреннего самоконтроля и сдерживания, снятия негативных импульсов;
- Развитие активности, самостоятельности, организаторских способностей ребенка в процессе коммуникативной деятельности.

Программа реализуется через занятия, игровую деятельность, создание психологического климата и благоприятной предметно-пространственной среды. Программа носит *развивающий* характер (оптимизация условий и стимулирование развития социальной уверенности ребенка), *профилактический* (предупреждение социально неуверенного поведения), *коррекционный* (решение в процессе занятий конкретных психоэмоциональных проблем).

В соответствии с задачами программа включает в себя три раздела.

I. Раздел «Уверенность в себе» 16 занятий

Без способности раскрыть образ своего «Я» дети не могут оценить себя объективно, правильно принять похвалу или замечание, проанализировать собственные успехи, что порождает неуверенность в общении, пассивность, пониженную самооценку. В процессе работы над темами раздела ребенок

понимает, что он, как и любой другой человек, уникален и не похож на

остальных. Дети осознают свои предпочтения и вкусы, начинают понимать, что иногда они могут не совпадать со вкусами других людей. В дальнейшем это поможет им определить линию своего поведения, а значит, быть принятым в общении и добиваться при этом успехов.

II. Раздел «Чувства, желания, взгляды» 16 занятий.

Неумение правильно выразить свои чувства, скованность, неловкость или неадекватность мимико-жестовой речи затрудняет общение детей между собой и со взрослыми. Непонимание другого – причина страха, отчужденности, враждебности. Темы раздела учат детей более глубокому пониманию другого человека, помогают понять причины возникновения основных эмоциональных состояний, способствует профилактике социальных страхов у детей.

III. Раздел «Социальные навыки» 22 занятий

Темы занятий способствуют развитию важнейших социальных навыков и умений – способности к эмпатии, кооперации, разрешению конфликтов путем сотрудничества, развитию способности к самоконтролю в социальной ситуации.

IV. Раздел «Арт-терапия» 14 занятий

Снятие психоэмоционального напряжения, отреагирование чувств и переживаний в процессе творчества

Программа курса «Развитие социальной уверенности» рассчитана на 68 часов, для учащихся 5-7 классов и предполагает 2 занятия в неделю, по подгруппам.

Формы организации занятий в зависимости от содержания материала могут быть групповые, индивидуальные, парные, фронтальные.

Содержание занятий раскрывается в форме непосредственного общения педагога с детьми.

Среди методов воздействия выделяются словесные и наглядные: рассказ, беседа, коммуникативные тренинги общения, диалоги, этюды, речевые образцы, ролевые, психологические игры и упражнения. Словесные методы, сочетаясь с наглядными, усиливают воспитательное значение. На занятиях широко используется: демонстрация, иллюстрация, изотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия.

Для определения уровня развития социальных умений и навыков используются следующие методики:

1. «Методика выявления уровня подготовленности детей к преодолению трудностей социализации» Л.В. Байбородовой. Проводится в начале и в конце курса занятий.
2. Адаптированный вариант теста «Размышляем о жизненном опыте» составлен Н.В. Щурковой. Проводится в конце курса занятий.
3. «Определение социально-психологического климата в группе». Проводится в начале и в конце курса занятий. Педагогическое наблюдение по схеме.

Критериями результативности могут служить – наличие положительной самооценки, уверенности в своих силах и возможностях; выбор нравственных форм и способов самореализации и самоутверждения; сформированность коммуникативной культуры.

**Календарно-тематическое планирование
рабочей программы психолого-педагогического сопровождения
«Развитие социальной уверенности»
5- «А» класс (I вариант обучения) на 2023-2024 учебный год**

1 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая
1	1	Психолого-педагогическая диагностика	03.09.2025	
2	2	Психолого-педагогическая диагностика и консультирование	05.09.2025	
3	3	«Кто я? Чем я отличаюсь от других»	10.09.2025	
4	4	«Мои возможности и способности»	12.09.2025	
5	5	«Мои достоинства и недостатки»	17.09.2025	
6	6	«Как достичь цели»	19.09.2025	
7	7	Игра «Мои эмоции». Стабилизация эмоционального фона	24.09.2025	
8	8	Игра «Моя воля». Развитие эмоционально- волевой сферы	26.09.2025	
9	9	Эмоциональное состояние. Связь между мыслями, эмоциями и поступками	01.10.2025	
10	10	«Эмоции». Оценка характерных эмоций	03.10.2025	
11	11	«Мир вокруг нас»	08.10.2025	
12	12	«Мое будущее»	10.10.2025	
13	13	«Мимические признаки эмоций»	15.10.2025	
14	14	«Не хочу». Беседа о внутренних проблемах	17.10.2025	
15	15	«Я не могу». Изображение страха и борьба с ним.	22.10.2025	
16	16	«Изменение настроения»	24.10.2025	

2 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая
17	1	«Управляем своим настроением»	05.11.2025	
18	2	«Управляем своим настроением»	07.11.2025	
19	3	«Достижения и характер»	12.11.2025	
20	4	«Передай добро по кругу»	14.11.2025	
21	5	«Как появляется зло»	19.11.2025	
22	6	«Хочу», «Могу» - интересы и способности	21.11.2025	
23	7	«Культурный человек»	26.11.2025	
24	8	«Один и вместе с друзьями»	28.11.2025	
25	9	«Ссора и примирение»	03.12.2025	
26	10	«Зачем нужна ответственность»	05.12.2025	
27	11	Упражнение «У меня есть...». Мышление и познание. Человеческие ресурсы. Условия развития личностного потенциала	10.12.2025	
28	12	Методика «Интеллектуальная лабильность».	12.12.2025	
29	13	«Законы общества»	17.12.2025	
30	14	«Мы живем среди людей»	19.12.2025	
31	15	«Если беда рядом»	24.12.2025	
32	16	«Заколдованное сердце» (большая психологическая игра)	26.12.2025	

3 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая
33	1	«Волшебный шарик»	14.01.2026	
34	2	«Чувства»	16.01.2026	
35	3	«Как достичь цели»	21.01.2026	
36	4	«Изменение настроения»	23.01.2026	
37	5	«Управляем своим настроением»	28.01.2026	
38	6	«Как появляется зло»	30.01.2026	
39	7	«Моя самооценка»	04.02.2026	
40	8	«Знаешь ли ты себя» Ролевая игра	06.02.2026	
41	9	«Образ будущего»	11.02.2026	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 613 МОСКОВСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Рябова Ольга Николаевна, Директор

23.12.25 09:38 (MSK)

Сертификат 16670842EF3E8D0171D1AFB9F77132C4

42	10	Тревожность, диагностика	13.02.2026	
43	11	«Если бы я был волшебником»	18.02.2026	
44	12	«Котелок отличного настроения»	20.02.2026	
45	13	«Загадочный мир внутри меня»	25.02.2026	
46	14	«Мое цветное настроение»	27.02.2026	
47	15	Правила внутреннего распорядка, поведения	04.03.2026	
48	16	«Рисунок на песке». Методика правополушарного рисования	06.03.2026	
49	17	«Формула». Рисунок будущего	11.03.2026	
50	18	«Я уникальный и неповторимый»	13.03.2026	
51	19	Упражнение «Шипы, колючки и любовь»	18.03.2026	
52	20	«Я и мои маски»	20.03.2026	
53	21	«Знакомый, незнакомый Я»	25.03.2026	
54	22	«Кричалки – шепталки-молчалки»	27.03.2026	

4 четверть

№ п/п год	№ п/п четв	Тема урока	Дата по плану	Дата фактическая
55	1	Беседа «Я и окружающие меня люди»	08.04.2026	
56	2	Творческая работа «Правила общения»	10.04.2026	
57	3	Упражнение «Правила невербального общения»	15.04.2026	
58	4	Коллаж «Решение конфликтов»	17.04.2026	
59	5	«На что похоже моё настроение»	22.04.2026	
60	6	Упражнение «Автопортрет»	24.04.2026	
61	7	«Отдарок на подарок»	29.04.2026	
62	8	Игровое упражнение «Я в себя верю»	06.05.2026	
63	9	«Сыграй и нарисуй музыку»	08.05.2026	
64	10	«Речевая креативность». Техника «Существительные-прилагательные-глаголы»	13.05.2026	
65	11	Упражнение «Каракули»	15.05.2026	
66	12	Игра «Мой портрет в лучах солнца»	20.05.2026	
67	13	Завершение. «Какой я внутри сейчас». Пушистики	22.05.2026	
68	14	Адаптированное тестирование.	08.04.2026	

Лист корректировки рабочей программы психолого-педагогического сопровождения
«Развитие социальной уверенности» 5 «А» класс
Педагог-психолог: Машеев Константин Вячеславович

Четверть	Кол-во часов по предмету	Выполнение	Компенсирующие мероприятия/ в случае отставания или лишних часов по предмету	Дата сверки	Подпись председателя МО/ зам. директора по УМР
1					
2					
3					
4					

ИТОГО			Программа психолого-педагогического сопровождения «Развитие социальной уверенности» выполнена полностью за счёт объединения/добавления тем. Педагог-психолог: Машеев К.В.
--------------	--	--	---

Литература.

1. Ганаго Б. «Небесный гость» Издательство Белорусского Экзархата
2. Джон Аллан Ландшафт детской души. Под общей ред. Зеленского В. В. – Изд-во: «ПЭР СЭ» 2006. – 271 с.
3. Журнал «Народное творчество» 2004 год, №3.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2005.
5. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
6. Копытин А. И. Тренинг по фототерапии. СПб.: Речь, 2003.
7. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – М., 2000
8. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы. Справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2004. – 896 с.
9. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии / Пер. с англ.- М.: Независимая фирма «Класс», 1997. – 336 с. – (Библиотека психологии и психотерапии).
10. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. 2-е изд., дополн. и перераб. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 640 с.
11. Тарарина Е. В. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера. Научно-методическое пособие. – Луганск: Элтон-2, – 160 с.
12. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие /Пер. с нем. 5-е изд., стер. М.: Генезис, 2004. – 256 с: ил.
13. Фопель К.. Создание команды. Психологические игры и упражнения / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2003. – 400 с.. 2003
14. Хухлаева О.В. Трудности первоклассника. Блок психологических занятий из программы для младших школьников «Тропинка к своему «Я» // Школьный психолог – 2001. – № 12.
15. Гаврилова Т. Я – уникальная и неповторимая личность. Занятие для младших подростков // Школьный психолог – 2002. – №19.
16. <http://www.psyoffice.ru/4-0-3256.htm>
17. <http://www.baby.ru/blogs/post/475683330-244267816/>
18. <http://www.viki.rdf.ru>
19. <http://webcache.googleusercontent.com/>