

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Сузунского муниципального округа Новосибирской области
«Сузунская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся,
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено на МО
Протокол № 1 от
«27» августа 2026 г.

Согласовано.
Зам. директора по ВР

И.А. Логинова
«27» августа 2026 г.

Принято на ПС
Протокол № 14 от
«27» августа 2026 г.

Утверждаю.
Директор школы

В.И. Шевченко
«27» августа 2026г.
Приказ № 462



Рабочая программа подросткового клуба
для детей с ограниченными возможностями здоровья
«Территория контакта»
на 2026-2027 учебный год

Составитель:
Гойденко М.В
Педагог-психолог

Сузун
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении ФГОС для обучающихся интеллектуальными нарушениями»;
- Письмом Минобрнауки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья»;
- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Уставом школы-интерната и локальными актами.

2. АКТУАЛЬНОСТЬ

Подростки с нарушением интеллекта, состоящие на различных видах учета, представляют собой группу повышенного риска по следующим причинам:

- Несформированность эмоционально-волевой сферы — низкий уровень саморегуляции, импульсивность, аффективная возбудимость;
- Дефицит социального опыта — непонимание причинно-следственных связей между поступком и последствием;
- Искривленная самооценка — либо заниженная («я плохой»), либо неадекватно завышенная;
- Нарушенная коммуникация — агрессия становится основным способом взаимодействия.

При этом существующие в интернате формы работы (беседы, классные часы) неэффективны, так как опираются на вербальный интеллект, который у данной категории снижен. Программа предлагает деятельностный подход: навыки формируются через реальные действия в безопасной среде, многократное повторение и подкрепление.

3. ЦЕЛЕВАЯ ГРУППА

- Подростки 12–17 лет с интеллектуальными нарушениями, состоящие на учете: ПДН, ВШУ, КДН, либо имеющие склонность к девиантному поведению;
- Группа скомплектована по степени сохранности интеллекта (допускается смешение легкой и умеренной степени при условии адаптации заданий; тяжелая степень — отдельная группа с тьютором).
- Наполняемость: 8–10 человек.

4. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель: Создание безопасной психологической среды для формирования эмоционально-волевой регуляции и социально-приемлемых форм поведения через практическую деятельность.

Задачи:

Направление	Задачи
Диагностическое	Выявить актуальный уровень тревожности, агрессивности, самооценки, коммуникативных навыков.
Коррекционно-развивающее	Сформировать алгоритмы совладания с гневом, страхом, тревогой; обучить элементарным навыкам саморегуляции.
Социализирующее	Сформировать модели бесконфликтного общения, просьбы, отказа, совместной работы.
Профилактическое	Снизить риск повторных правонарушений через развитие рефлексии «поступок → следствие».

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ

Программа рассчитана на 1 учебный год (сентябрь – май), всего 72 часа (2 занятия в неделю по 2 академических часа).

Модуль	Название	Количество часов	Содержание
1	«Я и моё тело»	16	Осознание телесных ощущений, связь тела и эмоций, дыхание, расслабление
2	«Я и мои эмоции, чувства»	16	Распознавание и безопасное выражение базовых эмоций (гнев, страх, грусть, радость)
3	«Я и окружение»	14	Коммуникация, взаимодействие в паре/группе, диалог, просьба, отказ без агрессии
4	«Я и закон»	16	Причинно-следственные связи «поступок — следствие», элементарные правовые знания
5	«Я и моё будущее»	10	Бытовые навыки, самообслуживание, первичная профориентация

Каждое занятие имеет универсальную структуру, обеспечивающую ритуализацию (это важно для детей с интеллектуальными нарушениями — предсказуемость снижает тревогу):

1. Ритуал входа, приветствие (5 мин)
2. Активизация/разминка (10 мин)
3. Основной блок, работа по модулю (20-25 мин)
4. Динамическая пауза / сенсорная разгрузка (20 мин)
5. Закрепление/рефлексия (5 мин)
6. Ритуал прощания (5 мин)

6. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК

Время	Методика	Форма проведения	Что оцениваем
Сентябрь (входная)	Проективный тест «Дом-дерево-человек», «Кактус». Шкала самооценки (адаптированная с карточками).	Индивидуально-групповая	Тревожность, агрессивность, особенности самоотношения. Адекватность самооценки.
Февраль (промежуточная)	Рисунок «Я в клубе»	Групповое	Эмоциональная привязанность к группе, динамика
Май (итоговая)	Проективный тест «Дом-дерево-человек», «Кактус». Шкала самооценки (адаптированная с карточками).	Индивидуально	Сравнение с сентябрем, оценка динамики
Май (итоговая)	Карта наблюдений, (заполняет педагог-психолог)	Экспертная оценка	Снижение конфликтов, улучшение поведения в коллективе

Инструментарий для диагностики детей с интеллектуальными нарушениями (вариант 2): все методики адаптированы — даются только картинки, работа ведется в паре с психологом, допускается помощь наводящими вопросами.

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Зона	Оборудование и материалы
Тихая зона	Кресло-мешок, сенсорные мешочки (крупы, песок, ткань), мячики-антистресс
Рабочая зона	Безопасные ножницы, клей, краски, кисти, заготовки для поделок, простые инструменты
Дидактический материал	Карточки-пиктограммы (эмоции, действия, расписание), лото, куклы для театра, настольные игры
Расходные материалы	Бумага, карандаши, наклейки, грамоты, чай/сладости для чаепитий

8. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Эмоциональная регуляция (уменьшение количества аффективных срывов на занятиях (по карте наблюдений));
- Коммуникативные навыки (появление фраз-обращений к сверстнику вместо физического контакта);
- Посещаемость (регулярное посещение занятий);
- Учетная динамика (положительная характеристика в школе, КДН, снижение числа замечаний по поведению в интернате);
- Самооценка (сдвиг к адекватной (повышение/понижение в зависимости от исходного уровня) по данным диагностики).

9. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

СЕНТЯБРЬ — Модуль 1. «Я И МОЁ ТЕЛО» (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
1	Знакомство. Правила клуба	Создать безопасную среду. Разработать правила, ритуалы, выбор карточки-правила
2	Напряжение и расслабление	Научить различать напряжение в теле
3	Моё лицо	Распознавать эмоции по мимике. Зеркала, копирование "злой/веселый/грустный".
4	Итоговое: "Моё тело — мой друг"	Закрепить навыки расслабления. Рисунок, релаксация под музыку

ОКТАБРЬ — Модуль 1 (продолжение) + выезд в молодёжный центр (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
5	Где живёт боль?	Научить называть боль словами (ударился, укололся) Рисование "Моей боли" на контуре тела
6	Мои привычки (жесты)	Заменить агрессивные жесты на безопасные. Показ: кулак → раскрытая ладонь.
7	Выезд в молодёжный центр	«Я И МОЁ ТЕЛО»
8	Мини-тренинг практикум по теме: «Я и моё тело».	Закрепить навыки, общее осуждение, ответы на вопросы

НОЯБРЬ — Модуль 2. «Я И МОИ ЧУВСТВА» (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
9	Лото эмоций (пиктограммы)	Учить различать базовые эмоции. Сопоставить картинку и ситуацию
10	Злость, гнев (безопасное выражение)	Не драться, а сказать "я злюсь". Как контролировать гнев
11	Страх. Чего я боюсь? Обида. Учимся прощать (через игру).	Страх не стыдно назвать. Нарисовать страх, порвать рисунок. Кукольный театр: обидели — помирились.
12	Итоговое: "Книга эмоций и чувств"	Коллективная работа (коллаж из эмоций, обсуждение).

ДЕКАБРЬ — Модуль 2 (продолжение) + Новогодний блок (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
13	Я злюсь – я останавливаюсь. Я боюсь — я прошу	Научить "тормозить" гнев. Сигнал "Стоп!". Замещать страх действием. Карточка "Попроси взрослого"
14	Выезд в молодёжный центр. Мои чувства в теле	Закрепление безопасного отреагирования
15	Что мы умеем вместе	Командное взаимодействие. Совместная аппликация "Ёлка"
16	Итоговое: Новогодний утренник (вместе с другими группами)	Социализация. Чаепитие, игры, награждение

ЯНВАРЬ — Модуль 3. «Я И ДРУГИЕ» (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
17	Мои друзья в клубе	Учимся взаимодействию друг с другом. Игра "Снежный ком"
18	Правило "Три шага"	Алгоритм общения: слушай → подумай → ответь. Тренировка в парах
19	Мы работаем в паре	Распределение ролей
20	Итоговое: "Наш общий круг"	Чувство группы. Общий рисунок на большом листе

ФЕВРАЛЬ — Модуль 3 (продолжение 4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
21	Выезд в молодежный центр.	Экологичное взаимодействие
22	Моя семья	Обозначить близких. Рисунок "Моя семья" (круги)
23	Мои обязанности	Связь поступков и доверия. Карточки: "Я убрал → мне доверяют"
24	Диагностика промежуточная	Отследить динамику Рисунок "Я в клубе"

МАРТ — Модуль 4. «Я И ЗАКОН» (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
25	Что такое "нельзя"	Конкретизация запретов Карточки "Можно / Нельзя" (картинки)
26	Кража (чужое брать нельзя)	Последствия: что будет? История по фото "Что случилось с мальчиком"
27	Драка	Вместо кулаков — слова Ролевая игра: двое поссорились, третий мирит
28	Итоговое: "Памятка героя"	Создать памятку с 4 правилами. Обсуждение, наклеивание на плакат

АПРЕЛЬ — Модуль 4. «Я И ЗАКОН» продолжение (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
29	Я говорю НЕТ	Отказ без агрессии, ролевая игра
30	Что будет, если...Реальные истории сверстников	Причинно-следственные связи. Фото серии, проговаривание. Примеры последствий
31	Выезд в молодежный центр	Мастер-класс, кинолекторий

32	Итоговое: Создаем социальный ролик	Разработать совместно идею видеоролика и воплотить
-----------	------------------------------------	--

МАЙ — Модуль 5 Я И МОЁ БУДУЩЕЕ (завершение) (4 часа)

№	Тема занятия	Цель, формы работы
33	Я и мои планы на лето	Проговаривание положительных ожиданий. Рисунок "Моё лето"
34	Что я запомнил в клубе	Вспоминаем по карточкам-символам
35	Итоговая диагностика	Сравнить начало и конец года. Повтор: "Дом-дерево-человек", Шкала самооценки
36	Выпускной в клубе	Награждение Грамоты, сладкий стол, фото

10. ЛИТЕРАТУРА

1. Выготский Л.С. Проблемы дефектологии. — М.: Просвещение, 1995.
2. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. — М.: Академия, 2003.
3. Запорожец А.В. Психология действия. — М.: МПСИ, 2000.
4. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Аутичный ребенок. Пути помощи. — М.: Теревинф, 2017.
5. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. — М.: АРКТИ, 2000.
6. Шипицина Л.М. Психология детей с нарушениями интеллекта. — СПб.: Речь, 2008.