

**Приложение №5 РП-ВД  
к адаптированной основной  
общеобразовательной  
программе основного общего  
образования для  
обучающихся с задержкой  
психического развития (вариант 7),  
утвержденной приказом  
МАОУ Черновской СОШ  
от 29.08.2025г. № 175-25 од**

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Школа юного психолога»  
Основное общее образование**

**Структура рабочей программы**

<b>1.Содержание курса внеурочной деятельности «Школа юного психолога»</b>	<b>3</b>
<b>2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Школа юного психолога»</b>	<b>5</b>
<b>3.Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы</b>	<b>6</b>

**1. Содержание курса внеурочной деятельности «Школа юного психолога»**  
Весь курс внеурочной деятельности разбит на три раздела.

№ Раздела	Название раздела	Кол-во часов
<b>Раздел I</b>	<b>Я познаю и развиваю свои способности.</b>	<b>14</b>
<b>Раздел II</b>	<b>Я в общении. Планируем коллективное творческое дело.</b>	<b>13</b>
<b>Раздел III</b>	<b>Реализация социально-психологического проекта.</b>	<b>7</b>

**Структура и организация занятий:**

- 1. Разминка** – упражнения, создающие благоприятную атмосферу, позволяющие настроиться на разговор, на основную работу.
  - 2. Завязка** – проблемная ситуация, формирующая соответствующую мотивацию на занятие.
  - 3. Основная часть** - рассмотрение в теоретическом и практическом плане вопросов основного материала.
  - 4. Упражнения на закрепление и применение.**
  - 5. Подведение итогов, рефлексия.** Для учащихся – это способ прислушаться к себе, поразмышлять о своем внутреннем состоянии и его причинах. Для руководителя – основной метод руководства процессами самосовершенствования учащихся.
  - 6. Релаксация** – расслабление, выход из интеллектуальной сферы.
- Разделы курса предполагают теоретическое освещение вопросов и их практическое применение: подготовка, планирование и реализация.**

**Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности.**

**14 занятий (14 часов)**

**Цель:** Формирование мотивов самопознания и развитие дивергентного мышления.

**Отработка способов поведения, позволяющих развивать характер и повышать веру в себя. Развитие навыков самопрезентации. Умения управлять своими эмоциями. Тренинг развития творческого мышления подростков.**

**Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело.**

**13 занятий (13 часов).**

**Цель:** Формирование навыков эффективной коммуникации. Развитие умения совместно планировать, собирать информацию и эффективно взаимодействовать в коллективных творческих делах (КТД).

**Как научиться эффективным способам коммуникации. Умение отстаивать свою точку зрения. Навыки и умения ставить цели и достигать их. Коллектив и индивидуальность. Способы поведения в конфликте. Совместная работа школьников по разработке и подготовке социального проекта.**

**Раздел 3. Реализация социального проекта.**

**7 занятия (7 часов)**

**Цель: Получение детьми опыта самостоятельного общественного действия через подготовку социального проекта.**

**Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»**

**Самодиагностика. Получение обратной связи.**

**Методы и приемы:**

**беседа и диалог на основе выдвигаемых идей и практических ситуаций;**  
**групповые дискуссии;**  
**тренинговые упражнения;**  
**игровые упражнения (активизирующие, ролевые и игры с элементами психодрамы);**  
**диагностические процедуры.**

**2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Школа юного психолога»**

- 1. Развитие регулятивных, личностных и коммуникативных УУД.**
- 2. Развитие креативных способностей и социально-психологического творчества.**
- 3. Повышение у учащихся интереса к приобретению новых знаний, к психологическим особенностям себя и окружающих.**

**В результате изучения данного курса обучающиеся получат возможность развития УУД:**

**Личностные УУД**

- Рефлексивный анализ положительных личностных качеств, потенциалов, способностей.

**Коммуникативные УУД:**

- Умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- Умение согласовывать усилия при достижении общей цели;
- Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- Умение передавать другим людям информацию с помощью различных средств коммуникации.

**Регулятивные УУД**

- Умение ставить цели, планировать и оценивать свои действия;
- Умение проявлять настойчивость и усилие для достижения поставленной цели, для преодоления трудностей.

**3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

<b>Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности</b>			
<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Содержание</b>	<b>Часы</b>
<b>1</b>	<b>Введение в курс. Знакомство с ребятами.</b>	<b>Особенности курса. Примерное содержание. Упражнения на знакомство и командообразования. Входная диагностика.</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Вырабатывайте характер</b>	<b>Анализ понятия «характер». Формирование стремления к развитию характера. Знакомство с различными способами развития характера.</b>	<b>1</b>
<b>3</b>	<b>Воспитание воли</b>	<b>Раскрытие понятия «воля». Рассмотрение признаков волевого поведения. Ознакомление с приемами воспитания воли.</b>	<b>1</b>
<b>4</b>	<b>Как стать интересным</b>	<b>Развитие навыков самопрезентации. Знакомство с миром увлечений и достижений обучающихся.</b>	<b>1</b>
<b>5</b>	<b>Тренинг «Развитие навыков общения среди подростков»</b>	<b>Учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться.</b>	<b>1</b>
<b>6</b>	<b>Создание своего имиджа</b>	<b>Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Как создать свой неповторимый образ.</b>	<b>2</b>
<b>7</b>	<b>Учитесь управлять своими эмоциями</b>	<b>Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций. Обучение определению своих эмоций и управлению ими.</b>	<b>1</b>
<b>8</b>	<b>Тренинг креативности</b>	<b>Специально-психологические подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей. Свободный опрос.</b>	<b>6</b>
<b>Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело</b>			
<b>8</b>	<b>Искусство общения</b>	<b>Формирование навыков эффективной коммуникации (начала разговора, неверbalного общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.)</b>	<b>1</b>
<b>9</b>	<b>Мое мнение</b>	<b>Формирование представлений о том, как важно иметь собственное мнение, уметь ему следовать и отстаивать не агрессивно. Знакомство с приемами эффективной аргументации.</b>	<b>1</b>

10	<b>Вы в коллективе</b>	<b>Знакомство с понятием «коллектив». Уровни развития коллектива. Формирование у подростков представлений о себе, как о члене коллектива.</b>	1
11	<b>Учитесь дружить</b>	<b>Развитие представлений подростков о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и условиях возникновения и сохранения дружбы.</b>	1
12	<b>Учитесь разрешать конфликты</b>	<b>Знакомство с понятием «конфликт» и «стратегии поведения в конфликте». Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта. Проигрывание стратегий поведения в конфликте.</b>	1
13	<b>Введение в КТД.</b>	<b>Раскрытия понятия КТД. Создание активной группы. Упражнения активаторы.</b>	1
14	<b>Планирование социально-психологической акции</b>	<b>Обсуждение: что, где, когда, с кем будет проводиться, как и в какой форме мы представим социально-психологический проект.</b>	1
15	<b>Тренинговое занятие для подростков: «Творческие способности и пути их развития»</b>	<b>Способствовать психическому и личностному развитию, помочь раскрыть до конца свой творческий потенциал, научиться видеть проблему и искать ее разносторонне.</b>	2
16	<b>Подготовка социально-психологического проекта</b>	<b>Программированный опрос, обработка результатов, сбор информации, оформление результатов социально-психологического проекта.</b>	4
<b>Раздел 3. Реализация социального проекта</b>			
16	<b>Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»</b>	<b>Практическое занятие для учащихся</b>	2
17	<b>Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»</b>	<b>Практическое занятие для учащихся посредством сети интернет</b>	2
18	<b>Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»</b>	<b>Практическое занятие для учащихся (презентация)</b>	1
19	<b>Семинар.</b>	<b>Итоговая диагностика. Семинар.</b>	1
20	<b>Заключительное занятие. Подведение итогов</b>	<b>Самодиагностика курса. Получение обратной связи.</b>	1



## Технологическая карта развивающих занятий

№	Тема занятия	Кол – во часов	Формы работы	Формы и виды контроля
1	<b>Введение в курс. Знакомство с ребятами.</b>	1	1. Знакомство «Творческий псевдоним» 2. Особенности курса. Примерное содержание. 3. Практическая часть: игровые упражнения на командообразования. 4. Входная диагностика. 5. Рефлексия	Устная рефлексия Результаты самоисследования (входная диагностика)
2	<b>Вырабатывайте характер</b>	1	1. Разминка «Хитрый вопрос» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Я вырабатываю характер» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
3	<b>Воспитание воли</b>	1	1. Разминка «Не сбьюсь» (2 хлопка, 2 щелчка) 2. Введение в тему 3. Практическая часть: тест «Степень волевого усилия», упражнения «Самооценка воли», «Составляем режим дня», ситуация-проба «Вас ругают родители», тренировочные упражнения на развитие воли. 4. Рефлексия	Устная рефлексия Самодиагностика
4	<b>Как стать интересным</b>	2	1 занятие 1. Разминка «Интервью» 2. Введение в тему 3. Круглый стол «Человек среди людей» 4. Практическая часть: упражнения «Стань интересным», «Комplимент». 5. Рефлексия 2 занятие 1. Разминка «Пересядьте те, кто...» 2. Практическая часть: упражнение «Колодец желаний», разработка	Устная рефлексия

			рекомендаций «Как стать интересным», ситуация-проба «Неизвестный великий человек» 3. Рефлексия	
5	Создание своего имиджа	2	<p>1 занятие</p> <p>1. Приветствие. Введение в тему</p> <p>2. Практическая часть: работа группой, по подгруппам на ознакомление и закрепление материала, физминутка, работа с пословицами.</p> <p>3. Рефлексия</p> <p>2 занятие</p> <p>1. Приветствие.</p> <p>2. Практическая часть: упражнение «Рекомендации по имиджу». Составление портрета «Я в моем имидже», ситуация-проба «В классе новенький»</p> <p>3. Рефлексия</p>	Результаты анкеты. Устная рефлексия.
6	Учитесь управлять своими эмоциями	1	<p>1. Разминка «ГНЕВ» (пантомима)</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: «Приемы снижения душевного настроения», рисуночный метод арт-терапии (работа с негативными эмоциями)</p> <p>4. Рефлексия</p>	Творческие работы. Устная рефлексия
7	- Тренинг креативности.  -Коммуникативный тренинг.	6	Курс тренинговых занятий для подростков: «Творческие способности и пути их развития» «Развитие навыков общения среди подростков»	- Устная рефлексия. - Упражнения.
8	Искусство общения	1	<p>1. Разминка «Разговор через стекло» (пантомима), «Счет до 10»</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: упражнение «Начинаем разговор», «Три обезьянки»</p> <p>4. Рефлексия</p>	Устная рефлексия

9	Моё мнение	1	1. Разминка «Сейчас мое настроение похоже на погоду...» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: игра «Каникулы на необитаемом острове», упр. «Ищу аргументы» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
10	Вы в коллективе	1	1. Разминка «Молекулы» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Задай вопрос», игра «Обвинитель-прокурор», игра «Если бы ты был похож...» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
11	Учитесь дружить	1	1. Разминка «Гляделки» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Качества», тест, «Какой вы друг?», творческое задание «Рецепт дружбы» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
12	Учитесь разрешать конфликты	1	1. Разминка «Поздороваемся необычным способом» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: проигрывание стратегий выхода из конфликта 4. Рефлексия	Устная рефлексия
13	Введение в КТД.	1	1. Разминка «А как другие ...» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнения на командообразования 4. Рефлексия	Устная рефлексия
14	Планирование социально-психологической акции	1	1. Разминка «Снежный ком» 2. Введение в тему 3. Мозговой штурм 4. Практическая часть: составить план социальной акции 5. Рефлексия	Устная рефлексия
15	Подготовка социально-	6	1. Разминки «активаторы» 2. Составление опросника	Анализ полученной информации.

	<b>психологического проекта</b>		<b>3. Сбор информации 4. Рефлексия</b>	
<b>16</b>	<b>Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»</b>	<b>5</b>	<b>1. Творческая презентация школы. 2. Игровые упражнения на командообразования. 3. Рефлексия</b>	<b>Анализ полученной информации.</b>
	<b>Коллоквиум (текущий контроль)</b>	<b>1</b>	<b>Выявление уровня овладения новыми знаниями. Систематизация.</b>	<b>Семинар</b>
<b>17</b>	<b>Заключительное занятие. Подведение итогов</b>	<b>1</b>	<b>1. Разминка «Подари подарок» 2. Диагностика творческих способностей 3. Рефлексия</b>	<b>Итоговая диагностика Устная рефлексия</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>		