

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

- 1.Содержание курса внеурочной деятельности «Школа юного психолога» **Ошибка!**
Закладка не определена.
- 2.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Школа юного психолога" 5
- 3.Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы 6

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

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

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 получают 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

Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности				
№	Тема	Содержание	Часы	
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	Особенности курса. Примерное содержание. Упражнения на знакомство и командообразования. Входная диагностика.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
2	Вырабатывайте характер	Анализ понятия «характер». Формирование стремления к развитию характера. Знакомство с различными способами развития характера.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
3	Воспитание воли	Раскрытие понятия «воля». Рассмотрение признаков волевого поведения. Ознакомление с приемами воспитания воли.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
4	Как стать интересным	Развитие навыков самопрезентации. Знакомство с миром увлечений и достижений обучающихся.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
5	Тренинг «Развитие навыков общения среди подростков»	Учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
6	Создание своего имиджа	Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Как создать свой неповторимый образ.	2	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html

7	Учитесь управлять своими эмоциями	Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций. Обучение определению своих эмоций и управлению ими.	1	https://videouroki.net/razrabotki/proghramma-psikhologhichieskoi-pomoshchi-podrostkam-povier-v-siebia-zaniatie-10.html
8	Тренинг креативности	Специально-психологические подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей. Свободный опрос.	6	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело				
8	Искусство общения	Формирование навыков эффективной коммуникации (начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.)	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
9	Мое мнение	Формирование представлений о том, как важно иметь собственное мнение, уметь ему следовать и отстаивать не агрессивно. Знакомство с приемами эффективной аргументации.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
10	Вы в коллективе	Знакомство с понятием «коллектив». Уровни развития коллектива. Формирование у подростков представлений о себе, как о члене коллектива.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html

11	Учитесь дружить	Развитие представлений подростков о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и условиях возникновения и сохранения дружбы.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
12	Учитесь разрешать конфликты	Знакомство с понятием «конфликт» и «стратегии поведения в конфликте». Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта. Проигрывание стратегий поведения в конфликте.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
13	Введение в КТД.	Раскрытия понятия КТД. Создание активной группы. Упражнения активаторы.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
14	Планирование социально-психологической акции	Обсуждение: что, где, когда, с кем будет проводиться, как и в какой форме мы представим социально-психологический проект.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
15	Тренинговое занятие для подростков: «Творческие способности и пути их развития»	Способствовать психическому и личностному развитию, помочь раскрыть до конца свой творческий потенциал, научиться видеть проблему и искать ее разносторонне.	2	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
16	Подготовка социально-психологического проекта	Программированный опрос, обработка результатов, сбор информации, оформление	4	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html

		результатов социально-психологического проекта.		
Раздел 3. Реализация социального проекта				
16	Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»	Практическое занятие для учащихся	2	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
17	Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»	Практическое занятие для учащихся посредством сети интернет	2	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
18	Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»	Практическое занятие для учащихся (презентация)	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
19	Семинар.	Итоговая диагностика. Семинар.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
20	Заключительное занятие. Подведение итогов	Самодиагностика курса. Получение обратной связи.	1	https://multiurok.ru/files/dopolnitiel-naia-obshchieobrazovatiel-naia-prog-14.html
ВСЕГО:			34	

Технологическая карта развивающих занятий

№	Тема занятия	Кол – во часов	Формы работы	Формы и виды контроля
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	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	Вырабатывайте характер	1	1. Разминка «Хитрый вопрос» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Я вырабатываю характер» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
3	Воспитание воли	1	1. Разминка «Не собьюсь» (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», тренинговые упражнения на развитие воли. 4. Рефлексия	Устная рефлексия Самодиагностика
4	Как стать интересным	2	1 занятие 1. Разминка «Интервью» 2. Введение в тему 3. Круглый стол «Человек среди людей» 4. Практическая часть: упражнения «Стань интересным», «Комплимент». 5. Рефлексия 2 занятие 1. Разминка «Пересядьте те, кто...» 2. Практическая часть: упражнение «Колодец желаний», разработка рекомендаций «Как стать	Устная рефлексия

			интересным», ситуация-проба «Неизвестный великий человек» 3. Рефлексия	
5	Создание своего имиджа	2	1 занятие 1. Приветствие. Введение в тему 2. Практическая часть: работа группой, по подгруппам на ознакомление и закрепление материала, физминутка, работа с пословицами. 3. Рефлексия 2 занятие 1. Приветствие. 2. Практическая часть: упражнение «Рекомендации по имиджу». Составление портрета «Я в моем имидже», ситуация-проба «В классе новенький» 3. Рефлексия	Результаты анкеты. Устная рефлексия.
6	Учитесь управлять своими эмоциями	1	1. Разминка «ГНЕВ» (пантомима) 2. Введение в тему 3. Практическая часть: «Приемы снижения душевного настроения», рисуночный метод арт-терапии (работа с негативными эмоциями) 4. Рефлексия	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	1. Разминка «Разговор через стекло» (пантомима), «Счет до 10» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Начинаем разговор», «Три обезьянки» 4. Рефлексия	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 командообразование 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-психологического проекта	6	1. Разминки «активаторы» 2. Составление опросника 3. Сбор информации 4. Рефлексия	Анализ полученной информации.
16	Социально-психологический	5	1. Творческая презентация школы.	Анализ полученной информации.

	проект «Доброта спасет мир»		2. Игровые упражнения на командообразования. 3. Рефлексия	
	Коллоквиум (текущий контроль)	1	Выявление уровня овладения новыми знаниями. Систематизация.	Семинар
17	Заключительное занятие. Подведение итогов	1	1. Разминка «Подари подарок» 2. Диагностика творческих способностей 3. Рефлексия	Итоговая диагностика Устная рефлексия
	ИТОГО:	34		