



Подписано цифровой  
подписью:  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 9  
Дата: 2023.09.25 13:55:13  
+05'00'

Приложение  
к адаптированной основной  
общеобразовательной программе  
основного общего образования  
для обучающихся с задержкой  
психического развития

(утверждена приказом от 23.08.2023 г. № 82)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА  
«КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИЕ ЗАНЯТИЯ:  
ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)»  
АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ПРОГРАММЫ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

## Оглавление

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
Общая характеристика курса «Психокоррекционные занятия (психологические)».....	3
Цель и задачи курса .....	4
Особенности построения курса .....	4
Примерные виды деятельности обучающихся с ЗПР, обусловленные особыми образовательными потребностями и обеспечивающие осмысленное освоение содержания курса .....	6
Место курса в учебном плане .....	7
ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ .....	9
5 КЛАСС .....	9
6 КЛАСС .....	10
7 КЛАСС .....	12
8 КЛАСС .....	13
9 КЛАСС .....	15
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ .....	17
5 КЛАСС .....	17
6 КЛАСС .....	19
7 КЛАСС .....	21
8 КЛАСС .....	23
9 КЛАСС .....	25
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	28

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия (психологические)» адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития разработан в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., рег. номер – 64101) (далее – ФГОС ООО) и с учётом Примерной адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобренной решением ФУМО по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22)) (далее – ПАООП ООО обучающихся с ЗПР).

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия (психологические)» является обязательной частью коррекционно-развивающей области АООП ООО обучающихся с ЗПР. Курс реализуется в рамках внеурочной деятельности посредством индивидуальных, подгрупповых и групповых занятий педагога-психолога и обеспечивается системой психолого-педагогического сопровождения обучающихся 5–9 классов, получающих образование в соответствии с АООП ООО обучающихся с ЗПР.

### **Общая характеристика курса «Психокоррекционные занятия (психологические)»**

Коррекционный курс «Психокоррекционные занятия (психологические)» направлен на развитие личности обучающегося с ЗПР подросткового возраста, его коммуникативных и социальных компетенций, гармонизацию его взаимоотношений с социумом.

У обучающихся с ЗПР на уровне основного общего образования сохраняются трудности и замедленный темп развития отдельных познавательных процессов, навыков саморегуляции поведения и деятельности. Для них характерна общая эмоциональная незрелость, невысокий уровень развития коммуникативных компетенций. Адаптивные ресурсы у таких обучающихся снижены, что затрудняет социализацию в целом, создает трудности в процессе самостоятельного осуществления жизненных выборов.

Педагог-психолог осуществляет психологическую помощь, направленную на преодоление трудностей в развитии познавательных процессов, эмоционально-личностной сферы, коммуникативной сферы, регуляторной сферы, отклоняющегося поведения обучающихся с ЗПР. В ходе психолого-педагогического сопровождения проводится работа по формированию социально-ориентированной, конкурентоспособной,

творческой личности, способной к самоопределению, саморегуляции, самопознанию, саморазвитию.

Педагог-психолог работает в тесном сотрудничестве с другими специалистами сопровождения (учителем-логопедом, учителем-дефектологом), а также с родителями обучающегося, что обеспечивает комплексный подход в решении задач предотвращения/минимизации трудностей обучающегося с ЗПР. Проведение коррекционно-развивающих занятий обеспечивает реализацию возрастных и индивидуальных возможностей психофизического развития обучающихся с ЗПР посредством индивидуализации содержания курса с учетом их особых образовательных потребностей.

### **Цель и задачи курса**

**Цель** коррекционного курса «Психокоррекционные занятия (психологические)» – развитие и коррекция познавательной, личностной, эмоциональной, коммуникативной, регуляторной сфер обучающегося, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

#### **Задачи курса:**

- формирование учебной мотивации, стимуляция развития познавательных процессов;
- коррекция недостатков осознанной саморегуляции познавательной деятельности, эмоций и поведения, формирование навыков самоконтроля;
- гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки;
- развитие личностного и профессионального самоопределения, формирование целостного «образа Я»;
- развитие различных коммуникативных умений, приемов конструктивного общения и навыков сотрудничества;
- стимулирование интереса к себе и социальному окружению;
- развитие продуктивных видов взаимоотношений с окружающими сверстниками и взрослыми;
- предупреждение школьной и социальной дезадаптации;
- становление и расширение сферы жизненной компетенции.

### **Особенности построения курса**

Примерная рабочая программа коррекционного курса «Психокоррекционные занятия (психологические)» построена по модульному принципу и предусматривает гибкость содержательного наполнения модулей и конкретных тем.

Модульный принцип подразумевает определение приоритетности изучения того или иного модуля программы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка или группы детей. Специалист может один или более модулей в качестве базовых, а другие изучать в меньшем объеме. Педагог-психолог может гибко варьировать распределение часов на изучение конкретного модуля.

Каждый модуль представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определенной логике с постепенным усложнением и включением новых тем, направленную на развитие дефицитных психических функций обучающихся с ЗПР в соответствии с направленностью соответствующего модуля.

При этом из общего содержания модулей данного курса возможно выделение конкретных тематических блоков с учетом индивидуальных особенностей развития и особых образовательных потребностей конкретных обучающихся с ЗПР, зачисленных на психокоррекционные занятия. За счет этого возможно формирование индивидуализированных коррекционно-развивающих программ, направленных на коррекцию и развитие дефицитных психических функций, профилактику возникновения вторичных отклонений в развитии, оптимизацию социальной адаптации и развития обучающихся с ЗПР.

В соответствии с целями и задачами коррекционного выделяются следующие модули и разделы программы:

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»** состоит из разделов «Развитие регуляции познавательных процессов» и «Развитие саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний» и направлен на формирование произвольной регуляции поведения, учебной деятельности и собственных эмоциональных состояний у обучающихся.

В процессе коррекционно-развивающих занятий идет развитие способности управлять собственными психологическими состояниями, а также поступками и действиями. Проводится работа над способностью самостоятельно выполнять действия по усвоенной программе, самостоятельно выполнять действия по внутренней программе и переносить ее на новый материал. Также большое внимание уделяется развитию регуляции собственного поведения и эмоционального реагирования. Формируется способность управлять, понимать и различать чужие эмоциональные состояния, проявлять адекватные эмоции в ситуации общения в различных статуснорольевых позициях, развивается умение определять конкретные цели своих поступков, искать и находить, адекватные средства достижения этих целей.

**Модуль «Формирование личностного самоопределения»** состоит из разделов «Развитие личностного самоопределения» и «Развитие профессионального самоопределения» и направлен на осознание и принятие своих индивидуальных личностных особенностей, позитивное реалистичное

отношение к себе, первичное определение своей жизненной стратегии в части профессионального самоопределения и обучения.

Значимым в коррекционно-развивающей работе является развитие осознания и принятия общепринятых жизненных ценностей и нравственных норм, умения анализировать социальные ситуации, принимать обдуманные, взвешенные решения, нести ответственность за свои поступки. В ходе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию способности к осознанию себя как социального субъекта, умения адекватно воспринимать себя и свои действия, поступки других людей, видеть перспективу развития социальной ситуации и оценивать уже свершившиеся события, выстраивать жизненную перспективу, жизненные планы.

**Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»** состоит из разделов «Развитие коммуникативных навыков» и «Развитие навыков сотрудничества» и направлен на развитие навыков личностного общения со сверстниками и навыков продуктивной коммуникации в социальном окружении.

Важным в коррекционно-развивающей работе является развитие своевременной и точной ориентировки в ситуации взаимодействия, адекватной включенности в ситуацию общения, способности проявлять гибкость в общении, умения адекватно выстраивать коммуникацию в разных статусноролевых позициях. Для развития эффективного коммуникативного процесса в подростковом возрасте имеет значение развитие чувствительности к вербальной и невербальной экспрессии собеседника, способность проявлять гибкость ролевых позиций в процессе общения, динамично менять их в соответствии с поведением собеседников и с контекстом ситуации общения. Также на занятиях происходит формирование умения уверенно отстаивать свою позицию в конфликтных ситуациях, не переходя к агрессии или пассивно-зависимому поведению. В ходе коррекционной работы основное внимание уделяется развитию навыков продуктивного взаимодействия с социальным окружением, расширению вариантов эффективных поведенческих стратегий, готовности к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в учебных и внеучебных ситуациях. Также важными являются умения анализировать социальный и эмоциональный контексты коммуникативной ситуации, выбирать адекватную стратегию поведения в условиях конфликта, учитывать позицию и интересы партнера по совместной деятельности, эффективно взаимодействовать с социальным окружением.

Работа по темам модуля проходит с использованием материалов учебного пособия «Психология» 5-9 класс под редакцией И.В. Дубровиной, курса Самосовершенствование личности Г. К. Селевко.

**Примерные виды деятельности обучающихся с ЗПР,  
обусловленные особыми образовательными потребностями и  
обеспечивающие осмысленное освоение содержания курса**

Коррекция трудностей психологического развития и социальной

адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. В ходе коррекционно-развивающего занятия педагогу-психологу важно учитывать принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы, диалога. Также в процессе работы необходимо сохранять руководящий контроль со стороны взрослого, обеспечивать положительную обратную связь, делать акцент на развитии навыков саморегуляции.

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающегося с ЗПР. Учитывая сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, снижение эмоциональной саморегуляции у такого обучающегося, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлекссию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействованы активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии и тренинговых занятий.

### **Место курса в учебном плане**

В соответствии с учебным планом АООП ООО обучающихся с ЗПР на изучение курса «Психокоррекционные занятия (психологические)» отводится 2 часа в неделю (68 часов в учебном году).

Коррекционно-развивающие занятия проходят во второй половине дня в рамках внеурочной деятельности в специально оборудованном кабинете. Расписание занятий составляется с учетом режима работы школы, индивидуального образовательного маршрута обучающегося с ЗПР и в соответствии с циклограммой специалиста, согласованной с администрацией

школы.

В соответствии с учебным планом для изучения курса коррекционно-развивающих занятий предусматриваются индивидуальные, подгрупповые и групповые формы работы. Наиболее эффективная и целесообразная организация коррекционно-развивающей работы предполагает проведение занятий в подгруппах от 2 до 10 человек продолжительностью 30 – 40 минут и периодичностью 2 раза в неделю.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ**

### **5 КЛАСС**

**Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### ***Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»***

Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели. Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию. Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов. Отработка навыка следования словесной инструкции. Удержание последовательности действий на основании следования, инструкции. Удержание в умственном плане условий выполнения задания, с сохранением их до конца работы (упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием).

Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (копирование сложной фигуры). Планирование этапов выполнения задания. Отработка поэтапного выполнения программы. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого. Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка правильности выполнения задания на основе сличения с конечным результатом. Представление словесного отчета по результатам выполнения задания.

#### ***Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»***

Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. Различение мимики, жестов, позы, интонации. Противоречивые эмоции, анализ внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации. Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния. Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций. Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний, со способами управления проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации. Способность прилагать волевое усилие при выполнении заданий. Моделирование социально



приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, простые способы регуляции своего поведения.

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### ***Раздел «Развитие личностного самоопределения»***

Знакомство с базовыми навыками самопрезентации. Основные социальные роли, их разнообразие в жизни человека. Личная ответственность и обязанности по отношению к семье и обществу. Отработка навыковсамооценивания в моделируемых ситуациях (учебные ситуации), выделение сильных сторон и положительных качеств личности. Знакомство с навыками критичного оценивания результатов своей деятельности.

#### ***Раздел «Развитие профессионального самоопределения»***

Значение профессиональной деятельности в жизни человека. Первичные представления о мире профессий. Определение и словесное обозначение собственных желаний и возможностей в сфере профессий. Соотнесение своих желаний и возможностей с направлениями профессиональной деятельности.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### ***Раздел «Развитие коммуникативных навыков»***

Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения. Отработка использования позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения. Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения. Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению. Отработка навыков установления и поддержания продуктивного коммуникативного контакта в моделируемых ситуациях. Способы передачи информации между собеседниками. Знакомство с навыками активного слушания. Отработка приемов поддержания беседы.

#### ***Раздел «Развитие навыков сотрудничества»***

Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Знакомство с правилами совместной работы в группе. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях.

## **6 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### ***Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»***

Отработка способов ориентировки в задании. Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого. Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий. Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала). Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого.

Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе. Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.

### ***Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»***

Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем. Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения, мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения. Соотнесение физических проявлений с конкретными эмоциями в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Позитивные и негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности. Отработка различных приемов релаксации. Знакомство с основными техниками и приемами регуляции эмоций. Способность совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе. Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### ***Раздел «Развитие личностного самоопределения»***

Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. Различение положительных и отрицательных качеств и черт характера на примере вымышленных и реальных персонажей. Отработка навыков оценивания собственных качеств и черт характера. Общая характеристика задатков и склонностей человека.

#### ***Раздел «Развитие профессионального самоопределения»***

Разнообразие профессий в современном мире, основные направления профессиональной деятельности. Первичное представление о понятии «карьера». Значение склонностей и познавательных способностей при определении направления профессиональной деятельности. Определение и первичный анализ своих склонностей и познавательных способностей.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### ***Раздел «Развитие коммуникативных навыков»***

Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях. Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. Отработка навыков ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему. Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. Представление собственной позиции социально приемлемыми способами.

#### ***Раздел «Развитие навыков сотрудничества»***

Организация учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Отработка навыков поддержания совместной работы и конструктивного взаимодействия. Уточнение недостающей информации в процессе совместной деятельности с помощью вопросов в моделируемых ситуациях. Принятие различных точек зрения в ходе совместной работы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого.

Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов в ходе совместной деятельности.

## **7 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### ***Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»***

Самостоятельная оценка условий, необходимых для выполнения задачи. Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач (параллельные ряды). Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила. Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий. Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе. Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания.

#### ***Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»***

Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций. Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными ощущениями. Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций. Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях. Признаки состояний утомления и пресыщения. Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Отработка способов снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы), выделение наиболее предпочтительных и эффективных.

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### ***Раздел «Развитие личностного самоопределения»***

Определение и вербальная характеристика своих личностных особенностей. Знакомство с понятием «уровень притязаний», связь уровня притязаний с реальными возможностями. Определение своего уровня притязаний и соотнесение его с собственными способностями и возможностями. Представление об ответственном поведении, выборе способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения. Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. Социальные роли в современном обществе, различные модели поведения в соответствии с этими ролями, правила и нормы поведения. Знакомство с понятием жизненного плана и его временной перспективы.

#### ***Раздел «Развитие профессионального самоопределения»***

Краткая характеристика основных направлений профессиональной деятельности, определение соответствующих им профессий. Профессиональная направленность личности, определение собственной профессиональной направленности. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Карьера как профессиональный путь в жизни человека. Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности. Соотнесение своих способностей и возможностей с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности, построение плана саморазвития на этой основе.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### ***Раздел «Развитие коммуникативных навыков»***

Отработка навыков активного слушания, полного и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации. Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его реализации в общении. Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения. Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише. Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции. Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции.

#### ***Раздел «Развитие навыков сотрудничества»***

Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата. Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях.

## **8 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### ***Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»***

Самостоятельное определение цели и задачи деятельности, последовательность действий в краткосрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Организация своей деятельности при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи). Самостоятельное планирование этапов своей деятельности. Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках индивидуальной и

групповой работы. Отработка навыков оценки результатов своей деятельности, результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе.

***Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»***

Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях. Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний. Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации. Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта. Способность сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества. Ориентация на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения. Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат.

***Модуль «Формирование личностного самоопределения»***

***Раздел «Развитие личностного самоопределения»***

Соотнесение уровня притязаний со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями. Способность противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. Отработка способов поведения в провокационных ситуациях под контролем взрослого. Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. Временная перспектива жизни, выстраивание событий прошлого, настоящего и будущего в единую линию с учетом связей, последствий и перспектив.

***Раздел «Развитие профессионального самоопределения»***

Профессии, актуальные для современного рынка труда. Первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности. Профессиональная направленности личности и ее структура. Профессиональные склонности и профессиональный потенциал. Профессиональная пригодность, ограничения при выборе профессии. Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.

***Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»***

***Раздел «Развитие коммуникативных навыков»***

Отработка навыков ведения конструктивного диалога. Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии, корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно). Позиции восприятия и осмысление коммуникативной ситуации. Отработка умения договариваться с партнерами

по общению, имеющими иную точку зрения. Уважительное отношение к партнерам по общению, внимание к личности другого в процессе общения.

### ***Раздел «Развитие навыков сотрудничества»***

Конфликт: причины, виды, структура. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. Компромисс как решение конфликтных ситуаций. Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения в группе. Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

## **9 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### ***Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»***

Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач. Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи. Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе (как в процессе ее реализации, так и после завершения). Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого. Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы).

#### ***Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»***

Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора. Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации. Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена.

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### ***Раздел «Развитие личностного самоопределения»***

Индивидуальные возможности, склонности, интересы и увлечения, их оценка. Выстраивание с помощью взрослого жизненной перспективы,

жизненных планов. Планирование путей и средств достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей. Соотнесение своих поступков с общепринятыми нравственными ценностями, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам. Начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях. Отработка навыков противостояния вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.

### ***Раздел «Развитие профессионального самоопределения»***

Перспективы профессионального образования и будущей профессиональной деятельности, их конкретность и реалистичность по отношению к собственной жизненной перспективе. Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии. Выбор и выстраивание с помощью взрослого дальнейшей индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

### ***Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»***

#### ***Раздел «Развитие коммуникативных навыков»***

Закрепление навыков конструктивного общения. Отработка умения выдвигать контраргументы в дискуссии, перефразировать свою мысль. Понимание системы взглядов и интересов другого. Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции, умения критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно) и корректировать его.

#### ***Раздел «Развитие навыков сотрудничества»***

Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях. Отработка умения договариваться в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях. Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности. Закрепление навыков организации совместной деятельности в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его).

# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ (ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ)» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ**

## **5 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### **Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- с помощью взрослого планировать пути достижения цели, выбирать наиболее оптимальные способы решения познавательных задач;
- контролировать время выполнения учебной работы ориентируясь на определенные таймером временные рамки;
- ориентироваться в задании и условиях, необходимых для его выполнения с помощью взрослого;
- определять последовательность действий в краткосрочном периоде для достижения поставленной задачи с помощью взрослого;
- соотносить свои действия с планом, корректировать свои действия на основании расхождений результата с эталоном с развернутой помощью взрослого;
- оценивать правильность выполнения задания на основе сличения с конечным результатом;
- уметь давать словесный отчет о выполнении задания;
- уметь действовать индивидуально и в группе по заданному взрослым алгоритму.

#### **Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- выделять различные эмоциональные состояния и соотносить их с соответствующими внешними проявлениями (мимика, жесты, пантомимика, поза, интонация);
- определять широкий спектр эмоциональных состояний по внешним проявлениям (включая противоречивые эмоции);
- обращать внимание на свое эмоциональное состояние и уметь идентифицировать его и обозначать вербально;
- владеть базовыми навыками релаксации, как способом регуляции эмоций;
- сдерживать непосредственные (негативные) эмоциональные реакции в процессе деятельности и при оценке достигнутого результата;
- управлять проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации;



- регулировать свое поведение в эмоционально напряженной коммуникативной ситуации;
- соблюдать нормы и правила общественного поведения;
- осознавать необходимость прилагать усилия для полноценного выполнения заданий.

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### **Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- демонстрировать интерес к самопознанию;
- владеть навыками самопрезентации (рассказывать о своих интересах, увлечениях, личностных качествах);
- иметь представление об основных социальных ролях, их разнообразии в жизни человека, осознавать собственные социальные роли;
- иметь представления о своих обязанностях перед семьей, обществом;
- владеть навыками самооценивания, выделять свои положительные качества;
- владеть навыками учебного самооценивания, критично оценивать результат деятельности, осознавать, что удалось выполнить, что нет.

#### **Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- понимать значение профессиональной деятельности в жизни человека;
- иметь первичные представления о мире профессий;
- соотносить собственные желания и возможности с различными направлениями профессиональной деятельности.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### **Раздел «Развитие коммуникативных навыков»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- владеть базовыми средствами вербального и невербального общения;
- использовать в коммуникации со сверстниками позитивную лексику, комплименты, правила этики общения;
- определять качества личности и способы поведения, которые способствуют или препятствуют продуктивной коммуникации;
- слушать и слышать информацию, передаваемую собеседником, уточнять ее с помощью вопросов, поддерживать тему разговора.

#### **Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- поддерживать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками с помощью взрослого;
- договариваться о правилах совместной работы;
- уметь работать в группе над выполнением задания;
- участвовать в коллективном обсуждении работы.

## **6 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### **Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- ориентироваться в задании и оценивать необходимые для его выполнения условия (временные, пространственные, функциональные и т. д.) с помощью взрослого;
- распределять время и силы при выполнении нескольких заданий, уметь определять состояние снижения работоспособности и сообщать об этом взрослому;
- определять последовательность действий для достижения поставленной задачи;
- соотносить свои действия с планом, корректировать свои действия на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого;
- уметь действовать по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе;
- оценивать правильность выполнения задания в соответствии с образцом, приведенным в инструкции;
- осуществлять пошаговый и итоговый контроль при выполнении задания;
- проявлять интерес к мнению окружающих по поводу оценочных суждений результата своей деятельности, в случае ошибки корректировать результат с помощью взрослого.

#### **Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- осознавать переживаемые эмоции в прошлом, настоящем и будущем, уметь называть их;
- уметь сосредотачиваться на телесных ощущениях, мышечных напряжениях, выражении лица при переживании той или иной эмоции, называть их в моделируемых ситуациях под контролем взрослого;
- выделять позитивные и негативные эмоции, иметь представление об их влиянии на эффективность общения и продуктивность деятельности;
- владеть разными приемами релаксации;
- иметь представление об основных техниках и приемах регуляции эмоций;
- совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе;
- уметь минимизировать волнение в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

## **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

### **Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- демонстрировать интерес к самопознанию и саморазвитию;
- иметь представление о своих индивидуальных особенностях, качествах, чертах характера;
- различать положительные и отрицательные качества, черты характера;
- оценивать свои качества, черты характера;
- иметь представление о своих задатках и склонностях;
- демонстрировать позитивное самоотношение.

### **Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- проявлять интерес к миру профессий и приобретению профессии;
- иметь представление о разнообразии профессий в современном мире, основных направлениях профессиональной деятельности;
- иметь первичное представление о понятии карьера;
- оценивать собственные склонности и познавательные способности, понимать их значение при определении направления профессиональной деятельности.

## **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

### **Раздел «Развитие коммуникативных навыков»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- выстраивать коммуникацию в различных социальных ситуациях;
- использовать вербальные и невербальные средства общения адекватные социально-эмоциональному контексту ситуации;
- уметь вести диалог, поддерживать беседу на заданную тему;
- понимать наличие другой, альтернативной точки зрения в процессе общения со сверстниками;
- конструктивно доносить свою позицию до других участников коммуникации.

### **Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками с помощью взрослого;
- определять цели и функции участников совместной деятельности, способы взаимодействия;
- поддерживать совместную работу, конструктивно взаимодействовать;
- с помощью вопросов уточнять недостающую информацию в процессе совместной деятельности;
- принимать точки зрения, отличные от собственной, конструктивно отстаивать свои интересы.

## **7 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### **Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- самостоятельно оценивать необходимые для выполнения поставленной задачи условия (временные, пространственные, функциональные и т. д.);
- определять последовательность действий для достижения совокупности поставленных задач;
- самостоятельно планировать последовательность своих действий в соответствии с поставленной задачей;
- соотносить свои действия с планом, корректировать самостоятельно свои действия на основании плана, проводить проверку по результату;
- оценивать правильность выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе;
- сдерживать непосредственные импульсивные реакции, действовать в плане заданного, не отвлекаясь на посторонние раздражители.

#### **Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- осознавать телесные ощущения, соотносить их с эмоциями и использовать их для снятия психоэмоционального напряжения;
- иметь представление о различных техниках и приемах регуляции эмоций;
- использовать при необходимости приемы релаксации в разных жизненных ситуациях;
- совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы;
- сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности;
- уметь справляться с волнением в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### **Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- демонстрировать интерес и готовность к самопознанию и саморазвитию;
- демонстрировать адекватно позитивное самоотношение;
- иметь представление о своих личностных особенностях;
- иметь уровень притязаний, адекватный своим возможностям;
- иметь представление об ответственном поведении;

- самостоятельно оценивать последствия своих действий, выбирать как поступить (в том числе в неоднозначных ситуациях) и отвечать за свой выбор;
- иметь развернутое представление о социальных ролях в обществе, различных моделях поведения в соответствии с этими ролями, правилах и нормах поведения;
- строить жизненные планы во временной перспективе.

### **Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- демонстрировать мотивацию к приобретению профессии в определенной области трудовой деятельности;
- ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику основным направлениям профессиональной деятельности;
- иметь первичное представление о понятии профессиональной направленности личности;
- иметь представление о карьере как о профессиональном пути в жизни человека;
- выделять собственные интересы и склонности, соотносить их с будущей профессиональной деятельностью;
- иметь первичное представление о понятии профессиональной пригодности в основных направлениях профессиональной деятельности;
- соотносить собственные способности с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### **Раздел «Развитие коммуникативных навыков»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
- владеть приемами активного слушания;
- уметь ориентироваться в ситуации общения, определять коммуникативное намерение свое и партнера, оценивать степень его реализации в общении;
- уметь спрашивать, интересоваться чужим мнением и высказывать свое;
- принимать позицию собеседника, выделяя его точку зрения и аргументы в пользу его позиции;
- уметь адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции.

#### **Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- уметь интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- планировать совместные действия для достижения общей цели;
- планировать и реализовывать общие способы работы с партнерами по совместной деятельности;
- прогнозировать результат коллективной работы;
- уметь согласовывать свои действия с действиями партнера для достижения общего результата;
- брать на себя инициативу в организации совместного действия.

## **8 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### **Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- осознавать цель и самостоятельно определять задачи в соответствии с ней, последовательность действий в краткосрочной перспективе;
- организовывать свою деятельность при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения поставленных задач;
- самостоятельно осуществлять контроль своей деятельности;
- проводить оценку результата своей деятельности;
- оценивать работу группы сверстников и свой вклад в ее работу.

#### **Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- иметь представление о возможности сознательно влиять на свое эмоциональное состояние с помощью специальных приемов при необходимости в различных жизненных ситуациях;
- использовать приемы релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний;
- уметь направить усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат;
- регулировать проявление собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации;
- сдерживать проявление негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта;
- сохранять ровный эмоциональный фон при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества;

- принимать замечания от значимых взрослых по поводу своих действий и поступков, учитывать их при изменении своего поведения, прогнозировать последствия своего поведения.

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### **Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- демонстрировать мотивацию к самопознанию, потребность к саморазвитию;
- иметь уровень притязаний, адекватный своим возможностям, способностям, индивидуальным особенностям;
- проявлять ответственность, относительную независимость и устойчивость в отношении негативных воздействий среды, окружающих людей на собственное поведение;
- оценивать себя и свои поступки с учетом общепринятых социальных норм и правил;
- представлять временную перспективу жизни, где события прошлого, настоящего и будущего занимают соответствующее место и наделяются соответствующим статусом.

#### **Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику различным профессиям, актуальным для современного рынка труда;
- иметь представление о понятии профессиональной направленности личности и ее структуре;
- иметь первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
- иметь представления о собственных профессиональных склонностях и профессиональном потенциале;
- знать об ограничениях при выборе профессии, учитывать ограничения профессиональной пригодности при выборе будущей профессии;
- моделировать образ желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### **Раздел «Развитие коммуникативных навыков»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- уметь вести конструктивный диалог;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения;
- выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно таково);
- выделять общую точку зрения в дискуссии;

- уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения;
- демонстрировать уважительное отношение к партнерам, внимание к личности другого в процессе общения.

### **Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- иметь представление о понятии «конфликт» в ситуации сотрудничества;
- иметь представление о различных стратегиях и правилах поведения в конфликтной ситуации;
- уметь выбрать адекватную стратегию поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества;
- поддерживать конструктивное общение в группе, контролируя собственные эмоциональные проявления;
- иметь представление о компромиссном решении конфликтных ситуаций;
- уметь аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.

## **9 КЛАСС**

### **Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»**

#### **Раздел «Развитие регуляции познавательных процессов»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- самостоятельно определить цели и задачи своих действий в среднесрочной перспективе;
- планировать действия при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач, в том числе с точки зрения альтернативы;
- контролировать и корректировать выполнение своих действий в ходе совместной групповой работы как по завершению, так и по ходу ее реализации;
- объективно оценивать результат своей работы;
- оценивать работу группы сверстников и индивидуальный вклад в ее работу каждого участника.

#### **Раздел «Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- регулировать проявления своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора;
- вести себя в соответствии с общим эмоциональным фоном коммуникативной ситуации;



- иметь представление о состоянии стресса, его проявлениях и влиянии на продуктивность общения и деятельности;
- иметь представление о стратегиях поведения в стрессовых ситуациях;
- иметь представление о возможностях профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации;
- владеть техниками контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, уметь минимизировать волнение;
- уметь прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена;
- сохранять устойчивость социально приемлемой позиции в ситуациях негативного воздействия со стороны окружающих.

### **Модуль «Формирование личностного самоопределения»**

#### **Раздел «Развитие личностного самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- оценивать свои возможности, осознавать собственные склонности, интересы и увлечения;
- выстраивать с помощью взрослого жизненную перспективу, жизненные планы, включающие последовательность целей и задач в их взаимосвязи;
- планировать пути и средства достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей;
- соотносить свои поступки с общепринятыми нравственными ценностями, осознанно и ответственно относиться к собственным поступкам;
- иметь начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях;
- уметь противостоять вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.

#### **Раздел «Развитие профессионального самоопределения»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- иметь конкретные реалистичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
- иметь реалистичные представления о социальных и финансовых составляющих различных профессий;
- с помощью взрослого выбирать и выстраивать дальнейшую индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- владеть способами и приемами поиска информации, связанной с профессиональным образованием и профессиональной деятельностью;

- иметь представление об индивидуальной стратегии выбора профессии.

### **Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»**

#### **Раздел «Развитие коммуникативных навыков»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- владеть навыками конструктивного общения;
- уметь в дискуссии выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль;
- критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- уметь при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции;
- понимать систему взглядов и интересов другого.

#### **Раздел «Развитие навыков сотрудничества»**

Обучающийся научится и будет (сможет):

- владеть навыками эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях;
- уметь договариваться в процессе сотрудничества, включая конфликтные ситуации;
- оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;
- самостоятельно организовывать совместную деятельность в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его);
- находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учета интересов участников группы.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

В соответствии с учебным планом АООП ООО обучающихся с ЗПР на изучение курса «Психокоррекционные занятия (психологические)» отводится 2 часа в неделю (68 часов в учебном году).

При этом Организация вправе сама вносить изменения в содержание и распределение учебного материала по годам обучения, в последовательность изучения модулей и количество часов на освоение каждой темы, определение организационных форм обучения и т.п. Обоснованность данных изменений определяется индивидуальными психофизическими особенностями конкретных обучающихся с ЗПР, степенью усвоенности ими учебных тем, рекомендациями ППк.

Тематическое планирование представлено по годам обучения, в нём указано рекомендуемое количество часов, отводимое на изучение модулей.

Основные виды деятельности обучающихся с ЗПР перечислены при изучении каждой темы и направлены на достижение планируемых результатов обучения.

### 5 КЛАСС

На изучение курса отводится 68 часов в год. Распределение часов на изучение каждого модуля является примерным и может изменяться.

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
<b>Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<b>Развитие регуляции познавательных процессов</b> (11 часов)	Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели. Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию. Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов. Отработка навыка следования словесной инструкции. Удержание последовательности действий на основании следования, инструкции. Удержание в умственном плане условий выполнения задания, с сохранением их до конца работы (упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием). Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (копирование сложной фигуры). Планирование этапов выполнения задания.	Планировать пути достижения цели, выбирать наиболее оптимальные способы решения познавательных задач с помощью взрослого. Выполнять работу, ориентируясь на определенные таймером временные рамки. Ориентироваться в задании и условиях, необходимых для его выполнения с помощью взрослого; определять последовательность действий в краткосрочном периоде для достижения поставленной задачи с помощью взрослого. Соотносить свои действия с планом, корректировать свои действия на основании расхождений результата с эталоном с развернутой помощью взрослого. Оценивать правильность выполнения задания на основе сличения с конечным результатом. Формулировать словесный отчет о выполнении задания.

	<p>Отработка поэлементного выполнения программы.</p> <p>Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого.</p> <p>Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка правильности выполнения задания на основе сличения с конечным результатом.</p> <p>Представление словесного отчета по результатам выполнения задания.</p>	
<p><b>Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний</b> (11 часов)</p>	<p>Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими внешними проявлениями. Различение мимики, жестов, позы, интонации.</p> <p>Противоречивые эмоции, анализ внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации. Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния. Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций. Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний, со способами управления проявлением негативных эмоций при неудаче в учебной ситуации.</p> <p>Способность прилагать волевое усилие при выполнении заданий.</p> <p>Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях, простые способы регуляции своего поведения.</p>	<p>Выделять различные эмоциональные состояния и соотносить их с соответствующими внешними проявлениями (мимика, жесты, пантомимика, поза, интонация).</p> <p>Определять широкий спектр эмоциональных состояний по внешним проявлениям (включая противоречивые эмоции); Владеть базовыми навыками релаксации, как способом регуляции эмоций.</p> <p>Регулировать свое поведение в эмоционально напряженной коммуникативной ситуации, соблюдать нормы и правила общественного поведения.</p>
<b>Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»</b>		
<p><b>Развитие личностного самоопределения</b> (17 часов)</p>	<p>Знакомство с базовыми навыками самопрезентации. Основные социальные роли, их разнообразие в жизни человека. Личная ответственность и обязанности по отношению к семье и обществу.</p> <p>Отработка навыков самооценивания в моделируемых ситуациях (учебные ситуации), выделение сильных сторон и положительных качеств личности. Знакомство с навыками критичного оценивания результатов своей деятельности.</p>	<p>Владеть навыками самопрезентации (рассказывать о своих интересах, увлечениях, личностных качествах).</p> <p>Формулировать общее представление об основных социальных ролях, их разнообразии в жизни человека, осознавать собственные социальные роли.</p> <p>Владеть навыками самооценивания, выделять свои положительные качества, владеть навыками учебного самооценивания, критично оценивать результат деятельности, проводить анализ, что удалось выполнить, что нет.</p>
<p><b>Развитие профессионального самоопределения</b> (5 часов)</p>	<p>Значение профессиональной деятельности в жизни человека. Первичные представления о мире профессий. Определение и словесное обозначение собственных желаний и возможностей в сфере профессий.</p> <p>Соотнесение своих желаний и возможностей с направлениями профессиональной деятельности.</p>	<p>Формулировать значение профессиональной деятельности в жизни человека, первичные представления о мире профессий.</p> <p>Соотносить собственные желания и возможности с различными направлениями профессиональной деятельности.</p>
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<p><b>Развитие коммуникативных навыков</b> (16 часов)</p>	<p>Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения. Отработка использования</p>	<p>Владеть базовыми средствами вербального и невербального общения.</p>

	<p>позитивной лексики, комплиментов, правил этики общения.</p> <p>Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения.</p> <p>Особенности личности и модели поведения, способствующие продуктивному общению. Отработка навыков установления и поддержания продуктивного коммуникативного контакта в моделируемых ситуациях. Способы передачи информации между собеседниками. Знакомство с навыками активного слушания.</p> <p>Отработка приемов поддержания беседы.</p>	<p>Использовать в коммуникации со сверстниками позитивную лексику, комплименты, правила этики общения.</p> <p>Выделять качества личности и способы поведения, которые способствуют или препятствуют продуктивной коммуникации.</p> <p>Анализировать информацию, передаваемую собеседником, уточнять ее с помощью вопросов, поддерживать тему разговора.</p>
<b>Развитие навыков сотрудничества</b> (8 часов)	<p>Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого.</p> <p>Знакомство с правилами совместной работы в группе. Коллективное обсуждение работы в моделируемых ситуациях.</p>	<p>Поддерживать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками с помощью взрослого.</p> <p>Использовать в процессе сотрудничества правила совместной работы.</p> <p>Работать в группе над выполнением задания, принимать участие в коллективном обсуждении работы.</p>
<b>Итого: 68 часов</b>		

**Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности с указанием форм проведения занятия и возможностью использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов внеурочной деятельности.**

#### 5 класс

№	тема	Количество часов		ЭОР	форма
		теория	практика		
Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»					
Развитие регуляции познавательных процессов (11ч)					
1	Знакомство со способами ориентировки в задании и способами определения цели.	1			Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
2	Выполнение анализа образца по заданному плану действий и следование образцу в заданиях на зрительно-моторную координацию		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
3	Сличение с образцом, корректировка ошибочных элементов.		1		работа с бланковыми материалами, игровые упражнения,
4	Отработка навыка следования словесной инструкции.	0,5	0,5		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми

					материалами
5	Удержание в умственном плане условий выполнения задания, с сохранением до конца работы		1		упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
6	Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач	0,5	0,5		Беседа, копирование сложной фигуры.
7	Планирование этапов выполнения задания.		1		копирование сложной фигуры.
8	Отработка поэлементного выполнения программы.		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
9	Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном с помощью взрослого.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
10	Отработка навыков промежуточного контроля. Оценка правильности выполнения задания на основе сличения с конечным результатом.		1		упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
11	Представление словесного отчета по результатам выполнения задания.	0,5	0,5		Беседа, игровые упражнения, работа по плану
Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний (11 часов)					
12	Эмоции и эмоциональные состояния, их соотношение с соответствующими	1			Беседа, игровые упражнения
13	Различение мимики, жестов, позы, интонации		1		тренинговые упражнения
14	Противоречивые эмоции, анализ внешних проявлений при целостном восприятии контекста социальной ситуации		1		тренинговые упражнения
15	Понимание и словесное обозначение своего эмоционального состояния.	0,5	0,5		Беседа, игровые упражнения
16	Базовые навыки релаксации как способ регуляции эмоций.		1		Просмотр фрагментов из фильма ПСИФОРА (практические упражнения) тренинговые упражнения
17	простые способы регуляции своего	1			Беседа, работа с коллажом

	поведения				
18	Знакомство со способами управления негативными эмоциями при неудаче в учебной ситуации.	1			Беседа, анализ школьных ситуаций
19	Знакомство с базовыми навыками контроля эмоциональных состояний при неудаче в учебной ситуации.	1		<a href="http://dbtrussia.org/learn/">http://dbtrussia.org/learn/</a>	Беседа, анализ школьных ситуаций
20	Развитие способности прилагать волевое усилие при выполнении заданий.		1		упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
21	Моделирование социально приемлемого поведения в эмоционально напряженных коммуникативных ситуациях		1		тренинговые упражнения
22	Работа с колесом баланса		1	<a href="http://project3634367.tilda.ws/">http://project3634367.tilda.ws/</a>	Работа с сайтом
<b>Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»</b>					
Развитие личностного самоопределения (17 часов)					
23	Знакомство с базовыми навыками самопрезентации.	1			Беседа, тренинговые упражнения
24	Основные социальные роли.	1			Беседа, тренинговые упражнения
25	Разнообразие социальных ролей в жизни человека.		1		Беседа, тренинговые упражнения
26	Личная ответственность и обязанности по отношению к семье.		1		Беседа, тренинговые упражнения
27	Личная ответственность и обязанности по отношению к обществу.		1		Беседа, тренинговые упражнения
28	Отработка навыков самооценивания		1	<a href="http://project3634367.tilda.ws/">http://project3634367.tilda.ws/</a>	Выполнение интерактивных заданий
29	Отработка навыков самооценивания в моделируемых ситуациях		1		тренинговые упражнения
30	Отработка навыков самооценивания в учебных ситуациях		1		тренинговые упражнения
31	Отработка навыков выделения сильных сторон и положительных качеств личности		1		тренинговые упражнения
32	Способности и школа	1			Беседа,

33	Самовоспитание	1			Поиск соответствий "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент.
34	Нравственные черты характера				Работа с текстом "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент.
35	Волевые черты характера		1		Работа с текстом "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент.
36	Воля и трудолюбие	1			Работа с текстом "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент.
37	Знакомство с навыками критичного оценивания результатов своей деятельности	1			упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
38	Отработка навыков критичного оценивания результатов своей деятельности		1		упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
39	Диагностика личностных качеств		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с тестовыми бланками
Развитие профессионального самоопределения (5 часов)					
40	Значение профессиональной деятельности в жизни человека.	1		<a href="https://navigat.um.ru/kp/">https://navigat.um.ru/kp/</a>	Беседа, тренинговые упражнения
41	Что ты знаешь о мире профессий.		1	<a href="https://navigat.um.ru/kp/">https://navigat.um.ru/kp/</a>	Беседа, тренинговые упражнения
42	Интерес и успешность в деятельности	1			Работа с текстом "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент.
43	Определение и словесное обозначение собственных желаний и возможностей в сфере профессий		1		Тренинговые упражнения
44	Соотнесение своих желаний и возможностей с направлениями профессиональной		1		Тренинговые упражнения



	деятельности.				
<b>Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»</b>					
Развитие коммуникативных навыков (16 часов)					
45	Знакомство с базовыми средствами вербального и невербального общения.	1		<a href="https://bookonline.ru/lecture/23-verbalnye-i-neverbalnye-sredstva-obshcheniya">https://bookonline.ru/lecture/23-verbalnye-i-neverbalnye-sredstva-obshcheniya</a>	Беседа, тренинговые упражнения
46	Отработка правил этики общения. Отработка приемов поддержания беседы.		1		Беседа, тренинговые упражнения
47	Отработка использования позитивной лексики		1		тренинговые упражнения
48	Отработка использования комплиментов,		1		тренинговые упражнения
49	Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения.	1			Работа с текстом "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент. Стр.209
50	Психологические помехи в общении: психологические качества личности, особенности поведения.		1		тренинговые упражнения
51	Особенности личности, способствующие продуктивному общению.	1		<a href="https://znanio.ru/media/prezentatsiya_po_distsipline_psihologiiya_obscheniya_po teme_kommunikativnaya_storona_obscheniya-280511">https://znanio.ru/media/prezentatsiya_po_distsipline_psihologiiya_obscheniya_po teme_kommunikativnaya_storona_obscheniya-280511</a>	Беседа-конспект
52	Особенности моделей поведения, способствующие продуктивному общению.		1		тренинговые упражнения
53	Отработка навыков установления продуктивного коммуникативного контакта		1		тренинговые упражнения
54	Отработка навыков поддержания продуктивного коммуникативного контакта		1		тренинговые упражнения
55	Способы передачи информации между собеседниками.	1		<a href="https://multiurok.ru/files/presentationatsiia-istoria-">https://multiurok.ru/files/presentationatsiia-istoria-</a>	Беседа. Работа с презентацией

				<a href="sposobov-peredachi-informat.html">sposobov-peredachi-informat.html</a>	
56	Знакомство с навыками активного слушания	1			тренинговые упражнения
57	Знакомство с навыками активного слушания		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
58	Отработка приемов поддержания беседы.	1			тренинговые упражнения
59	Отработка приемов задавать вопросы.		1		тренинговые упражнения
60	Диагностика коммуникативных умений		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	
<b>Развитие навыков сотрудничества (8 часов)</b>					
61	Знакомство с правилами совместной работы в паре		1		тренинговые упражнения
62	Знакомство с правилами совместной работы в группе		1		тренинговые упражнения
63	Отработка навыков поддержания учебного сотрудничества		1		тренинговые упражнения
64	Отработка навыков совместной деятельности		1		тренинговые упражнения
65	Ситуация 1 (работа в паре)		1		Работа с бланками
66	Ситуация 2 (работа в группе)		1		Работа с бланками
67	Ситуация 3 (работа с учителем)		1		Работа с бланками
68	Анализ-обсуждение работы в моделируемых ситуациях.	1			Беседа, Составление синквейна
<b>ИТОГО 68 часов</b>					

## 6 КЛАСС

На изучение курса отводится 68 часов в год. Распределение часов на изучение каждого модуля является примерным и может изменяться.

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»		

<p><b>Развитие регуляции познавательных процессов</b> (12 часов)</p>	<p>Отработка способов ориентировки в задании. Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого. Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов, распределение времени и сил при выполнении заданий. Определение последовательности своих действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала). Соотнесение своих действий с планом выполнения задания. Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого. Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе. Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.</p>	<p>Ориентироваться в задании и оценивать необходимые для его выполнения условия (временные, пространственные, функциональные и т. д.) с помощью взрослого. Распределять время и силы при выполнении нескольких заданий, уметь определять состояние снижения работоспособности и сообщать об этом взрослому. Определять последовательность действий для достижения поставленной задачи. Соотносить свои действия с планом, корректировать свои действия на основании расхождений результата с эталоном со стимулирующей помощью взрослого. Действовать по готовой инструкции при индивидуальной и групповой работе. Оценивать правильность выполнения задания в соответствии с образцом, приведенным в инструкции. Осуществлять пошаговый и итоговый контроль при выполнении задания,</p>
--	---	--

		корректировать результат с помощью взрослого.
<b>Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний</b> (11 часов)	Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем. Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения, мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения. Соотнесение физических проявлений с конкретными эмоциями в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Позитивные и негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности. Отработка различных приемов релаксации. Знакомство с основными техниками и приемами регуляции эмоций. Способность совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе. Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).	Определять и называть переживаемые эмоции в прошлом, настоящем и будущем. Выделять телесные ощущения, мышечные напряжения, выражение лица при переживании той или иной эмоции, называть их в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Оценивать роль позитивных и негативных эмоций в общении и их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности. Владеть разными приемами релаксации, использовать основные техники и приемы регуляции эмоций в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной работе. С помощью специальных приемов снижать волнение в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).
<b>Модуль «Формирование личностного самоопределения»</b>		
<b>Развитие личностного самоопределения</b> (13 часов)	Индивидуальные особенности человека, психологические качества и черты характера. Различение положительных и отрицательных качеств и черт характера на примере вымышленных и реальных персонажей. Отработка навыков оценивания собственных качеств и черт характера. Общая характеристика задатков и склонностей человека.	Выделять свои индивидуальные особенности, качества, черты характера. Различать положительные и отрицательные качества, черты характера. Оценивать свои качества, черты характера. Выделять свои задатки и склонности на основе самоанализа под контролем взрослого.
<b>Развитие профессионального самоопределения</b> (9 часов)	Разнообразие профессий в современном мире, основные направления профессиональной деятельности. Первичное представление о понятии «карьера». Значение склонностей и познавательных способностей при определении направления профессиональной деятельности. Определение и первичный анализ своих склонностей и познавательных способностей.	Формулировать общее представление о разнообразии профессий в современном мире, основных направлениях профессиональной деятельности. Формулировать общее представление о понятии карьера. Оценивать собственные склонности и познавательные способности, понимать их значение при определении направления профессиональной деятельности.
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<b>Развитие коммуникативных навыков</b> (15 часов)	Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях. Соотнесение вербальных и невербальных средств общения с социально-эмоциональным контекстом ситуации. Отработка навыков ведения диалога, поддержания беседы на заданную тему. Альтернативная точка зрения собеседника, способы поддержания разговора, использование речевых клише. Представление собственной	Выстраивать коммуникацию в различных социальных ситуациях. Использовать вербальные и невербальные средства общения адекватные социально-эмоциональному контексту ситуации. Вести диалог, поддерживать беседу на заданную тему в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Сравнивать другую,

	позиции социально приемлемыми способами.	альтернативную точку зрения со своей в процессе коммуникации со сверстниками при помощи взрослого.. Конструктивно доносить свою позицию до других участников коммуникации.
<b>Развитие навыков сотрудничества</b> (8 часов)	Организация учебного сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками с помощью взрослого. Отработка навыков поддержания совместной работы и конструктивного взаимодействия. Уточнение недостающей информации в процессе совместной деятельности с помощью вопросов в моделируемых ситуациях. Принятие различных точек зрения в ходе совместной работы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов в ходе совместной деятельности.	Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками с помощью взрослого. Определять цели и функции участников совместной деятельности, способы взаимодействия. Поддерживать совместную работу, конструктивно взаимодействовать. С помощью вопросов уточнять недостающую информацию в процессе совместной деятельности. Выделять и сравнивать точки зрения, отличные от собственной, конструктивно отстаивать свои интересы в моделируемых ситуациях под контролем взрослого.
<b>Итого: 68 часов</b>		

**Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности с указанием форм проведения занятия и возможностью использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов внеурочной деятельности.**

**6 класс**

№	тема	Количество часов		ЭОР	форма
		теория	практика		
Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»					
Развитие регуляции познавательных процессов (12ч)					
1	Отработка способов ориентировки в задании.	1			Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
2	Оценка условий, необходимых для выполнения задания, с помощью взрослого.		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
3	Работоспособность и утомление: оценка собственных ресурсов.		1		работа с бланковыми материалами, игровые упражнения,
4	Распределение времени и сил при выполнении заданий		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
5	Определение последовательности своих		1		упражнения на развитие концентрации

	действий при решении познавательных задач (с использованием цифробуквенного материала).				и переключения внимания: графический диктант с условием
6	Соотнесение своих действий с планом выполнения задания.	1			Беседа, копирование сложной фигуры.
7	Корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном		1		копирование сложной фигуры.
8	Выполнение заданий по готовой инструкции при индивидуальной работе.		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
9	Выполнение заданий по готовой инструкции при групповой работе.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
10	Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.	1			упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
11	Отработка навыков пошагового и итогового контроля при выполнении задания.		1		Беседа, игровые упражнения, работа по плану
12	Диагностика познавательных процессов	1			Беседа, игровые упражнения
	Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний (11 часов)				
13	Понимание и словесное обозначение своих эмоций в прошлом, настоящем и будущем.		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
14	Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: телесные ощущения.		1		тренинговые упражнения
15	Определение физических проявлений различных эмоциональных состояний: мышечное напряжение, мимические и пантомимические движения.		1		Беседа, игровые упражнения
16	Соотнесение физических проявлений с конкретными эмоциями		1		Просмотр фрагментов из фильма ПСИФОРА (практические

					упражнения) тренинговые упражнения
17	Позитивные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности.	1			Беседа, работа с коллажом
18	Негативные эмоции, их влияние на эффективность общения и продуктивность деятельности.	1			Беседа, анализ школьных ситуаций
19	Отработка различных приемов релаксации.		1		Беседа, анализ школьных ситуаций
20	Знакомство с основными техниками и приемами регуляции эмоций.		1		упражнения на развитие концентрации и переключения внимания
21	Развитие способности совершать элементарное волевое усилие при трудностях в учебной		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
22	Отработка навыков снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы).		1		Тренинговые упражнения, беседа
23	Диагностика эмоционального состояния	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Беседа, тренинговые упражнения
<b>Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»</b>					
Развитие личностного самоопределения (13 часов)					
24	Я и другие люди.	1			Беседа, тренинговые упражнения Работа с текстом "Психология, 6 класс. Психология общения. Стр.166
25	Индивидуальные особенности человека. Как складывается впечатление		1		Работа с текстом "Психология, 6 класс. Психология общения. Стр.16
26	Психологические качества и черты характера		1		Беседа, тренинговые упражнения
27	Как люди воспринимают друг друга		1		Работа с текстом "Психология, 6 класс. Психология общения. Стр.32
28	Положительные и отрицательные качества и черты характера		1		Выполнение интерактивных заданий
29	Различение положительных и		1		тренинговые

	отрицательных качеств и черт характера на примере вымышленных и реальных персонажей				упражнения, работа с видеоотрывками
30	Отработка навыков оценивания собственных качеств и черт характера.		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
31	Общая характеристика задатков и склонностей человека		1		Беседа, тренинговые упражнения
32	Способности как индивидуальные особенности человека	1			Работа с текстом "Психология, Способности. Характер. Темперамент. Стр.13
33	Общие способности	1			Поиск соответствий "Психология. Способности. Характер. Темперамент. Стр.40
34	Специальные способности				Работа с текстом "Психология, Способности. Характер. Темперамент. Стр.70
35	Общая характеристика задатков и склонностей человека		1		Работа с текстом "Психология, 5 класс. Способности. Характер. Темперамент.
36	Диагностика общих способностей	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
Развитие профессионального самоопределения (9 часов)					
37	Разнообразие профессий в современном мире.	1		<a href="https://navigat.um.ru/kp/">https://navigat.um.ru/kp/</a>	Беседа, тренинговые упражнения
38	Профессии будущего	1		<a href="https://rutube.ru/video/9d33d8b26eb171f0f9a76f81f228c1e3/">https://rutube.ru/video/9d33d8b26eb171f0f9a76f81f228c1e3/</a>	Ответы на вопросы по фильму
39	Первичное представление о понятии «карьера».		1	<a href="https://www.kinopoisk.ru/film/44726/">https://www.kinopoisk.ru/film/44726/</a>	Ответы на вопросы по отрывкам фильма «Карьера Димы Горина» (1961)
40	Значение склонностей при определении направления профессиональной деятельности.	1		<a href="https://navigat.um.ru/kp/">https://navigat.um.ru/kp/</a>	Беседа, тренинговые упражнения
41	Значение познавательных способностей при		1	<a href="https://navigat.um.ru/kp/">https://navigat.um.ru/kp/</a>	Беседа, тренинговые упражнения



	определении направления профессиональной деятельности.				
42	Определение и первичный анализ своих склонностей	1			Работа с бланками
43	Определение и первичный анализ своих познавательных способностей.		1		Тренинговые упражнения
44	Что значит быть культурным		1		Работа с текстом "Психология, Психология общения.с 166
45	Рисунок моей мечты	1			Беседа, рисование
<b>Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»</b>					
Развитие коммуникативных навыков (15 часов)					
46	Отработка навыков общения в различных моделируемых социальных ситуациях.		1		Беседа, тренинговые упражнения
47	Вербальные средства общения Речевые клише		1		тренинговые упражнения
48	Невербальные средства общения		1		тренинговые упражнения
49	Отработка навыка ведения диалога		1		Работа с текстом "Психология, Способности. Характер. Темперамент. Стр.209
50	Отработка навыка поддержания беседы на заданную тему		1		тренинговые упражнения, игра «В поезде»
51	Понятие «альтернативная точка зрения»	1			Беседа, упражнения «Два взгляда»
52	Способы поддержания разговора,		1		тренинговые упражнения
53	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми		1		тренинговые упражнения
54	Как общаются разные люди		1		тренинговые упражнения
55	Навыки, стиль и манера общения	1			Работа с текстом "Психология, Психология общения Стр.71
56	Подстройка в общении	1			Работа с текстом "Психология, Психология общения Стр. 82, тренинговые упражнения
57	Общение и отношения		1		Работа с текстом "Психология, Психология общения

					Стр.103
58	Любовь и симпатия	1			Работа с текстом "Психология, Психология общения Стр.110
59	Представление собственной позиции социально-приемлимыми способами		1		тренинговые упражнения
60	Диагностика коммуникативных способностей		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
Развитие навыков сотрудничества (8 часов)					
61	Организация совместной деятельности со сверстниками.		1		тренинговые упражнения
62	Отработка навыков конструктивного взаимодействия.		1		тренинговые упражнения
63	Уточнение недостающей информации с помощью вопросов.		1		тренинговые упражнения
64	Принятие различных точек зрения в ходе совместной работы		1		тренинговые упражнения
65	Знакомство со способами конструктивного отстаивания своих интересов		1		Работа с бланками
66	Игра «Переговоры»		1		тренинговые упражнения
67	Игра «Репортёр»		1		тренинговые упражнения
68	Моделирование ситуации: совместное рисование	1			Рисование по инструкции партнёра
ИТОГО 68 часов					

## 7 КЛАСС

На изучение курса отводится 68 часов в год. Распределение часов на изучение каждого модуля является примерным и может изменяться.

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»		

<p><b>Развитие регуляции познавательных процессов</b> (8 часов)</p>	<p>Самостоятельная оценка условий, необходимых для выполнения задачи. Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач (параллельные ряды). Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила. Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий. Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном. Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе. Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания.</p>	<p>Самостоятельно оценивать необходимые для выполнения поставленной задачи условия (временные, пространственные, функциональные и т. д.). Определять последовательность действий для достижения совокупности поставленных задач; самостоятельно планировать последовательность своих действий в соответствии с поставленной задачей. Соотносить свои действия с планом, корректировать самостоятельно свои действия на основании плана, проводить проверку по результату. Оценивать правильность выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе. Сдерживать непосредственные импульсивные реакции, действовать в плане заданного, не отвлекаясь на посторонние раздражители.</p>
<p><b>Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний</b> (15 часов)</p>	<p>Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций. Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными</p>	<p>Отслеживать телесные ощущения, соотносить их с эмоциями и использовать их для снятия психоэмоционального напряжения.</p>

	<p>ощущениями. Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций. Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях. Признаки состояний утомления и пресыщения. Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Отработка способов снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы), выделение наиболее предпочтительных и эффективных.</p>	<p>Использовать различные техники и приемы регуляции эмоций, использовать приемы релаксации в разных моделируемых ситуациях. Совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы. Сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности. Использовать специальные приемы для того, чтобы справляться с волнением в эмоционально напряженных ситуациях (самостоятельные и контрольные работы) на примере моделируемых ситуаций.</p>
<b>Модуль «Формирование личностного самоопределения»</b>		
<p><b>Развитие личностного самоопределения</b> (15 часов)</p>	<p>Определение и вербальная характеристика своих личностных особенностей. Знакомство с понятием «уровень притязаний», связь уровня притязаний с реальными возможностями. Определение своего уровня притязаний и соотнесение его с собственными способностями и возможностями. Представление об ответственном поведении, выборе способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения. Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения. Социальные роли в современном обществе, различные модели поведения в соответствии с этими ролями, правила и нормы поведения. Знакомство с понятием жизненного плана и его временной перспективы.</p>	<p>Формулировать развернутые самооценочные суждения. Выделять свои личностные особенности. Формулировать общие представления об ответственном поведении. Самостоятельно оценивать последствия своих действий, выбирать как поступить (в том числе в неоднозначных ситуациях). Формулировать собственное развернутое представление о социальных ролях в обществе, различных моделях поведения в соответствии с этими ролями, правилами и нормах поведения. Выстраивать жизненные планы во временной перспективе в рамках моделируемого взаимодействия со взрослым.</p>
<p><b>Развитие профессионального самоопределения</b> (8 часов)</p>	<p>Краткая характеристика основных направлений профессиональной деятельности, определение соответствующих им профессий. Профессиональная направленность личности, определение собственной профессиональной направленности. Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью. Карьера как профессиональный путь в жизни человека. Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности. Соотнесение своих способностей и возможностей с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности, построение плана саморазвития на этой основе.</p>	<p>Ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику основным направлениям профессиональной деятельности. Давать краткую характеристику понятию профессиональной направленности личности, понятию карьеры. Выделять собственные интересы и склонности, соотносить их с будущей профессиональной деятельностью. Формулировать общее представление о понятии профессиональной пригодности в основных направлениях профессиональной деятельности. Соотносить собственные способности с профессиональной пригодностью в основных направлениях профессиональной деятельности.</p>

<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<b>Развитие коммуникативных навыков</b> (11 часов)	Отработка навыков активного слушания, полного и точного словесного представления своих мыслей с учетом задач и условий коммуникации. Определение коммуникативного намерения (своего и партнера), оценивание его реализации в общении. Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения. Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише. Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции. Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции.	Выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть приемами активного слушания. Ориентироваться в ситуации общения, определять коммуникативное намерение свое и партнера, оценивать степень его реализации в общении. Спрашивать, интересоваться чужим мнением и высказывать свое в социально приемлемой форме. Вставать в позицию собеседника, выделяя его точку зрения и аргументы в пользу его позиции в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции социально приемлемым способом.
<b>Развитие навыков сотрудничества</b> (11 часов)	Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Планирование и реализация общих способов работы с партнерами по совместной деятельности для достижения общей цели. Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата. Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях.	Строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми. Планировать совместные действия для достижения общей цели. Планировать и реализовывать общие способы работы с партнерами по совместной деятельности. Прогнозировать результат коллективной работы. Согласовывать свои действия с действиями партнера для достижения общего результата в моделируемых ситуациях. Инициировать организацию совместного действия.
<b>Итого: 68 часов</b>		

**Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности с указанием форм проведения занятия и возможностью использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов внеурочной деятельности.**

**7 класс**

№	тема	Количество часов		ЭОР	форма
		теоретическая	практическая		
Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»					
Развитие регуляции познавательных процессов (8 часов)					
1	Определение последовательности действий для достижения совокупности поставленных задач.	1			Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
2	Самостоятельная оценка		1		игровые упражнения,

	условий, необходимых для выполнения задачи.				работа с бланковыми материалами
3	Самостоятельное планирование своих действий при выполнении задания с учетом заданного правила.		1		Решение задач на группировку,
4	Соотнесение своих результатов с заданным планом выполнения заданий.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
5	Самостоятельная корректировка своих действий на основании расхождений результата с эталоном.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
6	Отработка навыков выполнения поставленной задачи при индивидуальной работе.	1			Беседа, работа с таблицами.
7	Отработка приемов, помогающих сохранить концентрацию при выполнении задания.		1		копирование сложной фигуры.
8	Диагностика познавательной сферы		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний (15 часов)					
9	Отработка навыков соотнесения телесных ощущений и эмоций.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
10	Знакомство с приемами снятия психоэмоционального напряжения посредством работы с телесными ощущениями.	1			упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
11	Отработка различных техник и приемов регуляции эмоций.		1		Беседа, игровые упражнения, работа по плану
12	Использование приемов релаксации в разных моделируемых жизненных ситуациях.	1			Беседа, игровые упражнения
13	Вербализация признаков состояний утомления и пресыщения.		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
14	Способность совершать целенаправленное волевое усилие в ситуации		1		тренинговые упражнения

	пресыщения, при выполнении однообразной учебной работы.				
15	Отработка умения сдерживать непосредственное эмоциональное реагирование при возникновении помех в деятельности		1		Беседа, игровые упражнения
16	Отработка способов снижения волнения и уровня тревоги в эмоционально напряженных ситуациях		1		Просмотр фрагментов из фильма ПСИФОРА (практические упражнения) тренинговые упражнения
17	Развитие способности критически мыслить . Ловушки рекламы	1			Работа с текстом «Психология: человек в группе и коллективе, стр 189 Упражнения на распознавание неточных фактов
18	Что такое конфликт	1			Работа с текстом «Психология: человек в группе и коллективе, стр 200
19	Причины возникновения межличностных конфликтов		1		Беседа, анализ школьных ситуаций
20	Как не быть конфликтным человеком		1		Работа с текстом «Психология: человек в группе и коллективе, стр 210
21	Поведение в классе		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
22	Поведение в толпе		1		Работа с текстом «Психология: человек в группе и коллективе, стр 239 Тренинговые упражнения, беседа
23	Диагностика эмоционального состояния	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	
<b>Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»</b>					
Развитие личностного самоопределения (15 часов)					
24	Определение и вербальная характеристика своих личностных особенностей. правила и нормы поведения.	1			Беседа, тренинговые упражнения Работа с текстом "Психология, 6 класс. Психология общения. Стр.166
25	Знакомство с понятием		1		Работа с текстом

	«уровень притязаний»,				"Психология, 6 класс. Психология общения. Стр.16
26	Связь уровня притязаний с реальными возможностями.		1		Беседа, тренинговые упражнения
27	Определение своего уровня притязаний и соотнесение его с собственными способностями и возможностями.		1		Работа с текстом "Психология, 6 класс. Психология общения. Стр.32
28	Ответственное поведение, как стать ответственным человеком		1		Выполнение интерактивных заданий
29	Выбор способа действий в жизненных ситуациях и последствиях своего поведения.		1		тренинговые упражнения, работа с видеотрывками
30	Прогнозирование возможных последствий поведения в моделируемых ситуациях, оценка различных вариантов поведения.		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
31	Социальные роли в современном обществе,		1		Беседа, тренинговые упражнения
32	Различные модели поведения в соответствии с этими ролями, правила и нормы поведения.	1			Работа с текстом "Психология, Способности. Характер. Темперамент. Стр.13
33	Знакомство с понятием жизненного плана и его временной перспективы.	1			Поиск соответствий "Психология. Способности. Характер. Темперамент. Стр.40
34	Как люди влияют друг на друга в группах.	1			Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.34
35	Поддаёшься ли ты чужому мнению?		1		Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.229
36	Поведение в толпе	1			Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.239
37	Как воздействуют СМИ на человека	1			Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе



					Стр.163
38	Диагностика личностных особенностей	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
Развитие профессионального самоопределения (8 часов)					
39	Краткая характеристика основных направлений профессиональной деятельности, определение соответствующих им профессий.	1		<a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a> <a href="https://moeobrazovanie.ru/">https://moeobrazovanie.ru/</a>	Беседа. Анализ интернет-ресурсов по профориентации
40	Профессиональная направленность личности, определение собственной профессиональной направленности		1	<a href="https://navigatium.ru/kp/">https://navigatium.ru/kp/</a>	тренинговые упражнения, работа с бланками
41	Выделение собственных интересов и склонностей, соотнесение их с будущей профессиональной деятельностью.		1	<a href="https://navigatium.ru/kp/">https://navigatium.ru/kp/</a>	тренинговые упражнения, работа с бланками
42	Карьера как профессиональный путь в жизни человека.	1			Беседа. Просмотр отрывков фильма Курьер 1986 г Ответы на вопросы
43	Профессиональная пригодность в основных направлениях профессиональной деятельности		1		Анализ текстов
44	Соотнесение своих способностей и возможностей с профессиональной пригодностью,		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
45	Построение плана профессионального саморазвития.	1			Беседа, тренинговые упражнения, работа с бланками
46	Диагностика профессиональных способностей		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	работа с бланками
<b>Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»</b>					
Развитие коммуникативных навыков (11 часов)					
47	Отработка навыков активного слушания.		1		тренинговые упражнения
48	Отработка навыков полного и точного словесного представления своих мыслей.		1		тренинговые упражнения
49	Определение		1		Анализ литературных

	коммуникативного намерения (своего и партнера).				текстов
50	Условия, способствующие реализации коммуникативных намерений собеседников в ходе общения	1			Беседа, тренинговые упражнения,
51	Отработка навыков ведения дискуссии, использования различных речевых клише.	1			Беседа, упражнения «Продолжи предложение»
52	Использование различных речевых средств для аргументации своей позиции.		1		тренинговые упражнения
53	Определение и словесное обозначение позиции собеседника в моделируемых ситуациях.		1		тренинговые упражнения
54	Анализ точки зрения собеседника, выделение аргументов в пользу его позиции.		1		тренинговые упражнения
55	Интернет безопасность	1			Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.175
56	Мобильный телефон и правила его безопасного использования	1			Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.183
57	Что такое конформизм		1		Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.97
Развитие навыков сотрудничества (11 часов)					
58	Отработка навыков выстраивания продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.		1		
59	Планирование и реализация общих способов работы для достижения общей цели.		1		
60	Прогнозирование результата коллективных решений в моделируемых ситуациях		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
61	Отработка навыков		1		тренинговые

	согласования своих действий с действиями партнера для достижения общего результата.				упражнения
62	Инициатива в общении и деятельности.	1			тренинговые упражнения
63	Организация совместного действия по собственной инициативе в моделируемых ситуациях		1		тренинговые упражнения
64	Большая кратковременная социальная группа		1		Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.132
65	Молодежные объединения		1		Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.132
66	Я и мой класс		1		рисование
67	Твой класс		1		Психологический практикум. Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.221
68	Диагностика удовлетворенности коллективом		1		Работа с бланками
<b>ИТОГО 68 часов</b>					

## 8 КЛАСС

На изучение курса отводится 68 часов в год. Распределение часов на изучение каждого модуля является примерным и может изменяться.

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
<b>Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<b>Развитие регуляции познавательных процессов</b> (8 часов)	Самостоятельное определение цели и задачи деятельности, последовательность действий в краткосрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Организация своей деятельности при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи). Самостоятельное планирование этапов своей деятельности. Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках	Выделять цель и самостоятельно определять задачи в соответствии с ней, последовательность действий в краткосрочной перспективе. Организовывать свою деятельность при индивидуальной и групповой работе с учетом условий, необходимых для выполнения поставленных задач. Самостоятельно осуществлять контроль своей деятельности. Оценивать результат своей деятельности. Оценивать работу группы сверстников и свой вклад в ее работу.

	индивидуальной и групповой работы. Отработка навыков оценки результатов своей деятельности, результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе.	
<b>Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний</b> (15 часов)	Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных моделируемых жизненных ситуациях. Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний. Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации. Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта. Способность сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества. Ориентация на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения. Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат.	Использовать приемы релаксации в разных жизненных ситуациях (в моделируемых ситуациях) для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний. Направлять усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат. Регулировать проявление собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом коммуникативной ситуации (в моделируемых ситуациях). Регулировать проявление негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Анализировать и прогнозировать последствия своего поведения.
<b>Модуль «Формирование личностного самоопределения»</b>		
<b>Развитие личностного самоопределения</b> (6 часов)	Соотнесение уровня притязаний со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями. Способность противостоять негативным воздействиям среды, окружающих людей на собственное поведение. Отработка способов поведения в провокационных ситуациях под контролем взрослого. Оценка себя и своих поступков с учетом общепринятых социальных норм и правил. Временная перспектива жизни, выстраивание событий прошлого, настоящего и будущего в единую линию с учетом связей, последствий и перспектив.	Анализировать свои уровень притязаний, соотносить его со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями. Формулировать социально одобряемую позицию в отношении негативных воздействий среды, окружающих людей на собственное поведение при анализе моделируемых ситуаций. Оценивать себя и свои поступки с учетом общепринятых социальных норм и правил. Моделировать временную перспективу жизни, где события прошлого, настоящего и будущего занимают соответствующее место и наделяются соответствующим статусом с помощью взрослого.
<b>Развитие профессионального самоопределения</b> (16 часов)	Профессии, актуальные для современного рынка труда. Первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности. Профессиональная направленности личности и ее структура. Профессиональные	Ориентироваться в современном мире профессий, перечислять и давать краткую характеристику различным профессиям, актуальным для современного рынка труда. Давать характеристику понятию профессиональной направленности личности и ее

	склонности и профессиональный потенциал. Профессиональная пригодность, ограничения при выборе профессии. Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.	структуре. Моделировать общие перспективы своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности с помощью взрослого. Давать характеристику собственных профессиональных склонностей и профессиональному потенциалу. Перечислять ограничения при выборе профессии с учетом ограничения профессиональной пригодности при выборе будущей профессии. Моделировать образ желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<b>Развитие коммуникативных навыков</b> (12 часов)	Отработка навыков ведения конструктивного диалога. Отработка навыков ведения групповой дискуссии, способности выделять общую точку зрения в дискуссии, корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно). Позиции восприятия и осмысление коммуникативной ситуации. Отработка умения договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения. Уважительное отношение к партнерам по общению, внимание к личности другого в процессе общения.	Вести конструктивный диалог в моделируемых ситуациях. Корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, выделять и признавать ошибочность своего мнения (если оно таково), выделять общую точку зрения в дискуссии (в моделируемых ситуациях при контроле взрослого). Договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения при решении практических задач в моделируемых ситуациях.
<b>Развитие навыков сотрудничества</b> (11 часов)	Конфликт: причины, виды, структура. Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации. Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества. Компромисс как решение конфликтных ситуаций. Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях под руководством взрослого. Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения в группе. Отработка умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.	Давать характеристику понятию «конфликт» в ситуации сотрудничества. Давать характеристику различным стратегиям и правилам поведения в конфликтной ситуации. Выбирать адекватную стратегию поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе сотрудничества со сверстниками в моделируемой ситуации под контролем взрослого. Поддерживать конструктивное общение в группе. Аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом в моделируемых ситуациях.
<b>Итого: 68 часов</b>		

**Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности с указанием форм проведения занятия и возможностью использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов внеурочной деятельности.**

**8 класс**

№	тема	Количество часов		ЭОР	форма
		теория	практика		
Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»					
Развитие регуляции познавательных процессов (8 часов)					
1	Развитие целеполагания и последовательности действий в деятельности (работа с проектами).	1			Беседа, решение задач на целеполагание, работа с бланковыми материалами
2	Организация своей деятельности с учетом условий, необходимых для выполнения задания (проектные задачи).		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
3	Развитие самостоятельности в планировании этапов своей деятельности.		1		Работа по составлению плана
4	Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при индивидуальной работе.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
5	Отработка навыков самостоятельного контроля всех этапов своей деятельности при выполнении задания в рамках групповой работы.		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
6	Отработка навыков оценки результатов своей деятельности.	1			Беседа, работа с таблицами.
7	Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности своего участия в групповой работе.		1		Рефлексия, тренинговые упражнения
8	Диагностика познавательных процессов		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний (15 часов)					
9	Диагностика эмоционального и функционального состояния		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами

10	Повторение приемов регуляции своего эмоционального состояния в различных жизненных ситуациях	1			упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
11	Отработка специальных приемов регуляции своего эмоционального состояния		1		Беседа, игровые упражнения, работа по плану
12	Отработка приемов релаксации в разных жизненных ситуациях для снижения интенсивности негативных эмоциональных состояний.	1			Беседа, игровые упражнения
13	Регуляция проявлений собственных эмоций (положительных и отрицательных) в соответствии с социальным контекстом		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
14	Знакомство с навыками регуляции негативных эмоций в отношении собеседника в ситуации возникновения разногласий, конфликта		1		тренинговые упражнения
15	Формирование способности сохранения ровного эмоционального фона при отстаивании своего мнения в ситуации учебного сотрудничества.		1		Беседа, игровые упражнения
16	Развитие навыка ориентации на мнение значимых взрослых при регуляции своего поведения.		1		Просмотр фрагментов из фильма ПСИФОРА (практические упражнения) тренинговые упражнения
17	Отработка умения прикладывать волевые усилия для сконцентрированной кратковременной работы, ориентируясь на продуктивный результат.	1			Работа с бланками с корректурными пробами
18	Успех или неуспех в деятельности.	1			Работа с текстом «Психология: психология деятельности, стр 30

19	Потребности и мотивы как регуляторы деятельности.		1		Работа с текстом «Психология: психология деятельности, стр 14 анализ жизненных ситуаций
20	Движение и деятельность		1		Работа с текстом ««Психология: психология деятельности, стр 59
21	Учебная деятельность		1		Работа с текстом ««Психология: психология деятельности, стр 128 работа с бланками
22	Трудовая деятельность		1		Работа с текстом ««Психология: психология деятельности, стр 143 Тренинговые упражнения, беседа
23	Как развить необходимые для деятельности способности	1			Работа с текстом ««Психология: психология деятельности, стр 218 Тренинговые упражнения, беседа
<b>Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»</b>					
Развитие личностного самоопределения (6 часов)					
24	Соотнесение уровня притязаний со своими возможностями, способностями, индивидуальными особенностями.	1			Беседа, тренинговые упражнения Работа с текстом "Психология, психология деятельности. Стр.48
25	Способность противостоять негативным воздействиям среды.	1			Беседа, работа с литературными источниками
26	Способность противостоять негативным воздействиям, окружающих людей на собственное поведение		1		Беседа, тренинговые упражнения
27	Отработка способов поведения в провокационных ситуациях под контролем взрослого		1		Беседа, тренинговые упражнения
28	Оценка себя и своих поступков (с учетом общепринятых социальных норм и правил).		1		Выполнение интерактивных заданий
29	Временная перспектива		1		тренинговые



	жизни, (выстраивание событий прошлого, настоящего и будущего в единую линию с учетом связей, последствий и перспектив)				упражнения, работа с видеоотрывками
	Развитие профессионального самоопределения (16 часов)				
30	Профессии, актуальные для современного рынка труда.. Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения.		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
31	Первичные представления о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности.		1		Беседа, тренинговые упражнения
32	Профессиональная направленности личности и ее структура.	1			Работа с текстом "Психология, Способности. Характер. Темперамент. Стр.13
33	Профессиональные склонности и профессиональный потенциал.	1			Поиск соответствий "Психология. Способности. Характер. Темперамент. Стр.40
34	Профессиональная пригодность, ограничения при выборе профессии.	1			
35	Профессия, специальность, занятие.		1		Работа с текстом "Психология, психология деятельности Стр.156
36	Психологические особенности профессий	1			Работа с текстом "Психология, психология деятельности Стр.159
37	Психологические особенности труда в экстремальных условиях	1			Работа с текстом "Психология, психология деятельности Стр.199
38	Практикум: развиваем способности.	1			Работа с упражнениями "Психология, психология деятельности Стр.218
39	Практикум: Мои способности и будущая профессия	1			Работа с упражнениями "Психология, психология деятельности Стр.223
40	Практикум: Люди или дело		1		Работа с упражнениями "Психология, психология деятельности Стр.227

41	Практикум: Личность и профессия		1		Работа с упражнениями "Психология, психология деятельности Стр.242, работа с бланками
42	Практикум: Геометрический рисунок человека	1			Беседа. Работа с упражнениями "Психология, психология деятельности Стр.231,
43	Практикум: Изучаем вакансии в своем городе		1	<a href="https://nizhny-tagil.hh.ru/">https://nizhny-tagil.hh.ru/</a>	Работа с интернет-ресурсами
44	Моя будущая профессия		1		тренинговые упражнения, рисунок
45	Моделирование образа желаемого профессионального будущего, пути и средства его достижения	1			Беседа, тренинговые упражнения, работа с бланками
<b>Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»</b>					
Развитие коммуникативных навыков (12 часов)					
46	Отработка навыков ведения конструктивного диалога.		1		работа с бланками
47	Отработка навыков ведения групповой дискуссии		1		тренинговые упражнения
48	Отработка способности выделять общую точку зрения в дискуссии,		1		тренинговые упражнения
49	Отработка навыков корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения		1		Анализ литературных текстов
50	Отработка навыков признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно).	1			Беседа, тренинговые упражнения,
51	Развитие позиции восприятия и навыка осмысления коммуникативной ситуации.	1			Беседа, упражнение «Что имелось ввиду?»
52	Отработка умения договариваться с партнерами по общению.		1		тренинговые упражнения
53	Отработка умения договариваться с партнерами по общению, имеющими иную точку зрения.		1		тренинговые упражнения
54	Что такое уважительное отношение к партнерам по общению		1		тренинговые упражнения

55	Как проявлять внимание к личности другого в процессе общения.		1		Игра «Поддержка»
56	Развиваем навык излагать свои мысли в письменном виде		1		Письменная работа
57	Диагностика коммуникативных умений		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
Развитие навыков сотрудничества (11 часов)					
58	Конфликт: причины, виды, структура. Компромисс как решение конфликтных ситуаций.		1		Беседа, Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.205 Работа с плакатами Г.Б. Мониной «Как я разрешаю конфликты»
59	Стратегии и правила поведения в конфликтной ситуации.		1		Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.212
60	Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации.		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
61	Знакомство с различными стратегиями поведения при возникновении конфликтной ситуации в процессе учебного сотрудничества.		1		тренинговые упражнения
62	Компромисс как решение конфликтных ситуаций.	1			тренинговые упражнения
63	Отработка навыков поведения в моделируемых конфликтных ситуациях		1		тренинговые упражнения
64	Практикум: Как я разрешаю конфликты		1		Работа с плакатами Г.Б. Мониной «Как я разрешаю конфликты»
65	Отработка навыков самоконтроля эмоциональных проявлений для поддержания конструктивного общения		1		Работа с текстом "Психология, Человек в группе и коллективе Стр.132
66	Отработка умения аргументировать свою точку зрения социально приемлемым способом.		1		Работа с плакатами Г.Б. Мониной «Как я справляюсь со своим гневом»
67	Отработка умения спорить и отстаивать свою позицию социально приемлемым способом.		1		тренинговые упражнения
68	Диагностика		1		Работа с бланками
<b>ИТОГО 68 часов</b>					

## 9 КЛАСС

На изучение курса отводится 68 часов в год. Распределение часов на изучение каждого модуля является примерным и может изменяться.

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
<b>Модуль «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»</b>		
<b>Развитие регуляции познавательных процессов</b> (8 часов)	Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач. Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач. Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи. Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий при совместной групповой работе (как в процессе ее реализации, так и после завершения). Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого. Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы).	Самостоятельно определять цели и задачи своих действий в среднесрочной перспективе. Планировать действия при индивидуальной и групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач, в том числе с точки зрения альтернативы. Контролировать и корректировать выполнение своих действий в ходе совместной групповой работы как по завершению, так и по ходу ее реализации. Объективно оценивать результат своей работы. Оценивать работу группы сверстников и индивидуальный вклад в ее работу каждого участника.
<b>Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний</b> (15 часов)	Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора. Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях. Знакомство со способами профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации. Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, способствующих минимизации волнения и тревоги. Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена.	Использовать специальные приемы регуляции проявления своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора в моделируемых ситуациях под контролем взрослого. Давать характеристику поведению, соответствующему общему эмоциональному фону различных коммуникативных ситуаций. Давать краткую характеристику состоянию стресса, его проявлениям и влиянию на продуктивность общения и деятельности. Давать характеристику стратегиям поведения в стрессовых ситуациях, стратегиям профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации. Использовать техники контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена, уметь минимизировать волнение в моделируемых ситуациях. Использовать специальные приемы поддержания работоспособности при возникновении утомления в моделируемой ситуации экзамена.
<b>Модуль «Формирование личностного самоопределения»</b>		

<p><b>Развитие личностного самоопределения</b> (6 часов)</p>	<p>Индивидуальные возможности, склонности, интересы и увлечения, их оценка. Выстраивание с помощью взрослого жизненной перспективы, жизненных планов. Планирование путей и средств достижения</p>	<p>Давать оценку своим возможностям, характеризовать собственные склонности, интересы и увлечения. Моделировать с помощью взрослого жизненную</p>
--	---	---

	<p>жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей. Соотнесение своих поступков с общепринятыми нравственными ценностями, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам. Начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях. Отработка навыков противостояния вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.</p>	<p>перспективу, жизненные планы, включающие последовательность целей и задач в их взаимосвязи. Планировать пути и средства достижения жизненных планов. Сопоставлять свои поступки с общепринятыми нравственными ценностями. Давать характеристику понятиям личного бюджета, личных финансовых расходов. Давать характеристику моделям поведения, позволяющим противостоять вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.</p>
<p><b>Развитие профессионального самоопределения</b> (16 часов)</p>	<p>Перспективы профессионального образования и будущей профессиональной деятельности, их конкретность и реалистичность по отношению к собственной жизненной перспективе. Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии. Выбор и выстраивание с помощью взрослого дальнейшей индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.</p>	<p>Моделировать перспективы своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности с учетом общих особенностей современного рынка труда. Давать характеристику социальным и финансовым составляющим различных профессий. С помощью взрослого моделировать дальнейшую индивидуальную траекторию образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов. Использовать способы и приемы поиска информации, связанной с профессиональным образованием и профессиональной деятельностью.</p>
<b>Модуль «Развитие коммуникативной деятельности»</b>		
<p><b>Развитие коммуникативных навыков</b> (12 часов)</p>	<p>Закрепление навыков конструктивного общения. Отработка умения выдвигать контраргументы в дискуссии, перефразировать свою мысль. Понимание системы взглядов и интересов другого. Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции, умения критически относиться к своему мнению, признавать ошибочность своего мнения (если оно действительно ошибочно) и корректировать его.</p>	<p>Использовать навыки конструктивного общения. Выдвигать контраргументы в дискуссии со сверстниками, перефразировать свою мысль. Оценивать свою точку зрения, признавать ошибочность мнения (если оно таково) и корректировать его в моделируемых ситуациях. Давать адекватную оценку альтернативной точке зрения. Аргументированно отстаивать свое мнение в моделируемых ситуациях.</p>
<p><b>Развитие навыков сотрудничества</b> (11 часов)</p>	<p>Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных учебных и социальных ситуациях. Отработка умения договариваться в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях. Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности. Закрепление навыков организации совместной деятельности в продуктивном</p>	<p>Использовать навыки эффективного сотрудничества в различных моделируемых учебных и социальных ситуациях. Договариваться в процессе сотрудничества, включая конфликтные ситуации в моделируемых условиях под контролем взрослого. Давать характеристику способам оказания помощи и эмоциональной поддержки</p>

	сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его).	партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности. Самостоятельно организовывать совместную деятельность в продуктивном сотрудничестве (ставить цели, определять задачи, намечать совместный план действий, прогнозировать результат общей деятельности и достигать его). Использовать стратегии поведения, позволяющие находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учета интересов участников группы в моделируемых ситуациях.
<b>Итого: 68 часов</b>		

**Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности с указанием форм проведения занятия и возможностью использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов внеурочной деятельности.  
9 класс**

№	тема	Количество часов		ЭОР	форма
		теория	практика		
Модуль 1 «Развитие саморегуляции познавательной деятельности и поведения»					
Развитие регуляции познавательных процессов (8 часов)					
1	Диагностика познавательных процессов	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
2	Самостоятельное определение цели и задачи деятельности в среднесрочной перспективе при выполнении познавательных задач.		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
3	Самостоятельное планирование своих действий при индивидуальной работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач.		1		Решение задач на группировку,
4	Самостоятельное планирование своих		1		Беседа, игровые упражнения, работа

	действий при групповой работе с учетом ресурсов, необходимых для выполнения поставленных задач.				с бланковыми материалами
5	Оценка альтернативных ресурсов для выполнения поставленной задачи.		1		Беседа, мозговой штурм, работа с бланковыми материалами
6	Отработка навыков самостоятельного контроля и корректировки своих действий.	1			Беседа, работа с таблицами.
7	Объективная оценка результатов своей работы с учетом экспертного мнения взрослого		1		копирование сложной фигуры.
8	Отработка навыков оценки результатов работы группы, результативности участия в групповой работе (своего и других участников группы).		1		игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
Развитие саморегуляции поведения, эмоциональных и функциональных состояний (15 часов)					
9	Диагностика эмоционального состояния		1		Беседа, игровые упражнения, работа с бланковыми материалами
10	Закрепление навыков регуляции проявлений своих эмоций в ситуации дискуссии, учебного спора.	1			упражнения на развитие концентрации и переключения внимания: графический диктант с условием
11	Понятие стресса		1		Беседа, игровые упражнения, работа по плану
12	Состояние стресса, его проявления и влияние на продуктивность общения и деятельности.	1			Беседа, игровые упражнения
13	Стратегии поведения в стрессовых ситуациях.		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
14	Понятие о копинг-стратегиях		1		тренинговые упражнения
15	Знакомство со способами		1		Беседа, игровые



	профилактики стрессовых состояний на примере ситуации подготовки к государственной итоговой аттестации				упражнения
16	Как справиться с тревогой		1		Просмотр фрагментов из фильма ПСИФОРА (практические упражнения) тренинговые упражнения
17	Отработка техник, способствующих минимизации волнения и тревоги.	1			Работа с текстом «Психология: человек в группе и коллективе, стр 189 Упражнения на распознавание неточных фактов
18	Отработка техник контроля своего эмоционального состояния в ситуации экзамена	1			Работа с текстом «Психология: человек в группе и коллективе, стр 200
19	Отработка умения прилагать волевые усилия при возникновении утомления в ситуации экзамена.		1		Беседа, анализ школьных ситуаций
20	Психологический практикум «Знаешь ли ты себя»		1		Работа с упражнениями "Психология, психология личности Стр.224, работа с бланками
21	Психологический практикум «Учусь управлять собой»		1		Работа с упражнениями "Психология, психология личности Стр.222, работа с бланками
22	Психологический практикум «Учусь преодолевать неуверенность в себе»		1		Работа с упражнениями "Психология, психология личности Стр.242,
23	Диагностика эмоциональной сферы	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	работа с бланками
<b>Модуль 2 «Формирование личностного самоопределения»</b>					
Развитие личностного самоопределения (6 часов)					
24	Индивидуальность.	1			Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.51,
25	Выстраивание с помощью взрослого жизненной		1		Беседа, тренинговые упражнения

	перспективы, жизненных планов				
26	Планирование путей и средств достижения жизненных планов на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей		1		Беседа, тренинговые упражнения
27	Соотнесение своих поступков с общепринятыми нравственными ценностями, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам.		1		Работа с текстом "Психология, психология личности Стр.183, тренинговые упражнения
28	Начальные представления о личном бюджете, личных финансовых расходах, финансовом мошенничестве, махинациях.		1		Беседа, выполнение практических заданий
29	Отработка навыков противостояния вовлечению в финансовую зависимость в моделируемых ситуациях.		1		тренинговые упражнения, работа с видеотрывками
	Развитие профессионального самоопределения (16 часов)				
30	Индивидуальные свойства человека	1			Работа с текстом "Психология, психология личности Стр.54, тренинговые упражнения
31	Перспективы профессионального образования и будущей профессиональной деятельности		1		Беседа, тренинговые упражнения
32	Свойства нервной системы и профессия	1			Работа с текстом "Психология, психология личности Стр.64, тренинговые упражнения
33	Мужское и женское.	1			Поиск соответствий "Психология, психология личности Стр.75,
34	Возраст и периоды жизни	1			Работа с текстом "Психология, психология личности Стр.70, просмотр

					отрывков фильма «Дневник памяти»12+
35	Самооценка и уровень притязаний		1		Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.119, работа с бланками
36	Локус контроля	1			Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.124
37	Направленность личности	1			Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.135
38	Диагностика направленности личности	1		<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Работа с бланками
39	Что я знаю о профессиях	1		<a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a>  <a href="https://moeobr azovanie.ru/">https://moeobr azovanie.ru/</a>	Беседа. Анализ интернет-ресурсов по профориентации
40	Профессиональная проба по результатам диагностики		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
41	Якоря карьеры	1			Беседа, работа с бланками
42	Моя будущая работа	1			коллажирование
43	Профессионализм	1			Беседа, упражнения на самопознание
44	Индивидуальная стратегия выбора будущей профессии		1		тренинговые упражнения, работа с бланками
45	Диагностика профессиональных предпочтений		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	работа с бланками
<b>Модуль 3 «Развитие коммуникативной деятельности»</b>					
Развитие коммуникативных навыков (12 часов)					
46	Диагностика коммуникативных умений		1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	работа с бланками
47	Закрепление навыков конструктивного общения		1		тренинговые упражнения
48	Закрепление навыков конструктивного общения		1		тренинговые упражнения
49	Отработка умения выдвигать		1		Анализ литературных

	контраргументы в дискуссии.				текстов
50	Отработка умения, перефразировать свою мысль.	1			Беседа, тренинговые упражнения,
51	Понимание системы взглядов и интересов другого.	1			Беседа, упражнения «Продолжи предложение»
52	Отработка умения при необходимости корректно убедить других в правоте своей позиции		1		тренинговые упражнения
53	Отработка умения критически относиться к своему мнению.		1		тренинговые упражнения
54	Борьба за правду		1		Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.198
55	Может ли бездействие быть поступком	1			Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.201
56	О правде и лжи	1			Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.213
57	Практикум «Встреча со знаменитостью»		1		Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.217, тренинговые упражнения
Развитие навыков сотрудничества (11 часов)					
58	Ты среди людей		1		Работа с текстом "Психология, "Психология, психология личности Стр.261
59	Закрепление навыков эффективного сотрудничества в различных ситуациях		1		тренинговые упражнения
60	Отработка умения договариваться (в процессе сотрудничества, в т. ч. в конфликтных ситуациях)		1		тренинговые упражнения
61	Знакомство со способами оказания помощи и эмоциональной поддержки партнерам		1		тренинговые упражнения
62	Закрепление навыков организации совместной деятельности	1			тренинговые упражнения
63	Ищем главную мысль в тексте		1		Практические

					упражнения
64	Пишем изложение по тексту		1		Практические упражнения
65	Готовимся к ОГЭ		1		Работа с презентациями тренинговые упражнения
66	Люди, которые мне важны		1		Беседа, рисование
67			1		
68	Диагностика личностных особенностей		1		Работа с бланками
<b>ИТОГО 68 часов</b>					

В разделе тематического планирования рабочей программы учтены возможности использования электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов).