

Приложение №22.2 к АООП УО,
утвержденной приказом директора
МКОУ «Храмцовская ООШ» №24-д от
18.08.2025 г.

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Свердловской области

Слободо-Туринский муниципальный отдел управления образованием

МКОУ "Храмцовская ООШ"

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Федорова О.В.
Протокол №1
от «18» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Кайгородова Н.П.
Приказ №24-д
от «18» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по коррекционному курсу внеурочной деятельности

«Час психолога. Формирование коммуникативного поведения»

9«Б» класса

Вариант 1 АООП УО/ИН

**Храмцово
2025**

1.Пояснительная записка.

Рабочая программа коррекционного курса внеурочной деятельности «Час психолога. Формирование коммуникативного поведения» составлена педагогом-психологом.

Рабочая программа полностью соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённого приказом Минобрнауки РФ 19 декабря 2014 № 1599, раскрывает и детализирует специальные условия и подходы к организации деятельности обучающихся 9 «Б» класса.

Рабочая программа составлена в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Зарегистрирован 30.12.2022 № 71930)
- С требованиями, предусмотренными санитарными правилами и нормами [СанПиН 1.2.3685-21](#) "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 января 2021 г., регистрационный N 62296), с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 декабря 2022 г. N 24 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 9 марта 2023 г., регистрационный N 72558), действующими до 1 марта 2027 г. (далее - Гигиенические нормативы), и санитарными правилами [СП 2.4.3648-20](#) "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный N 61573), действующие до 1 января 2027 г. (далее - Санитарно-эпидемиологические требования).";
- Методическими рекомендациями по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований при реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (МР 2.4.0330-23 утв. 29.08.2023 руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным санитарным врачом РФ А.Ю. Поповой).
- Приказом Минпросвещения России от 5 ноября 2024 года № 769 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и установлении предельного срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий (с изменениями на 1 апреля 2025 года)»
- Методическими рекомендациями «Итоговая аттестация обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по адаптированной основной общеобразовательной программе» (утв. Ученым советом ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики»2025г

- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями (Вариант 1)
- Особенности учебного плана МКОУ «Храмцовская ООШ» для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» на 2025/2026 учебный год.

Место курса в учебном плане:

для реализации программы в учебном плане отведен 1 час в неделю, 34 часов в год.

Периодичность занятий: 1 раз в неделю.

Цель программы: создание условий для развития нравственной, творческой, социально активной личности, способной к самореализации.

Задачи программы:

- создавать условия для укрепления ценностно-смысловой сферы личности;
- содействовать воспитанию нравственных чувств и этического сознания;
- содействовать развитию навыков самовоспитания и самосовершенствования;
- формировать способности человека оценивать и сознательно выстраивать на основе традиционных моральных норм и нравственных идеалов отношение к себе, другим людям, обществу.

Программно-методическое обеспечение:

Для реализации рабочей программы коррекционного курса внеурочной деятельности используется учебно-методический комплект, состоящий из:

- авторской программы Корепановой Т.А. «Социальная адаптация учащихся. 5-9 классы: программы, планирование, тематические занятия/авт.-сост. Родионова С.А., Корепанова Т.А. – Волгоград: Учитель;

2. Планируемые результаты освоения коррекционного курса внеурочной деятельности «Час психолога: «Формирование коммуникативного поведения»

Личностные результаты:

Осознавать себя как социально активную личность;

- осознавать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями;
- устойчивая жизненная позиция;
- стремление к познанию и истине;
- потребность в творческом саморазвитии;
- ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни;
- уметь саморегулировать свои действия;
- уметь анализировать информацию, делать выводы;
- уметь аргументировать свой ответ;
- принять соответствующие возрасту ценности и социальные роли;
- положительно относиться к окружающей действительности;
- понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений правилах поведения в современном обществе;
- иметь навыки самоконтроля при выполнении правил техники безопасности.

Межпредметные результаты:

- выполнять задания по словесной инструкции;
- внятно выражать просьбы, употреблять вежливые слова;

- сообщать свое имя и фамилию, имена и отчества учителей, имена ближайших родственников;

- использовать навыки речевого этикета при встрече и прощании;
- конструктивно вести себя в конфликтных ситуациях и противостоять нежелательному влиянию.

Предметные результаты:

В результате целенаправленной деятельности на занятиях **обучающиеся должны научиться:**

- правильно задавать вопросы, общаться в диалоге;
- воспроизводить диалог с опорой на вопросы;
- правильно задавать вопросы;
- быть уверенными в себе;
- иметь чувства собственного достоинства;
- уметь доверять окружающим людям;
- конструктивно вести себя в конфликтных ситуациях;
- уметь противостоять нежелательному влиянию;
- различать противоположно направленные действия и явления;
- видеть временные рамки деятельности;
- определять последовательность событий;
- ориентироваться в пространстве;
- целенаправленно выполнять действия по инструкции;
- опосредовать свою деятельность речью;
- грамматически правильно оформлять самостоятельную речь в соответствии с нормами языка.

Результаты освоения обучающимися коррекционного курса внеурочной деятельности «Час психолога: «Формирование коммуникативного поведения» не выносятся на итоговую оценку. Курс имеет безотметочную систему прохождения материала. По окончании курса проводится мониторинг достигнутых результатов. Оценка эффективности программы можно проводить посредством сравнения данных диагностики до и после реализации программы.

Методы работы:

- упражнения;
- рассказ;
- беседа;
- демонстрация;
- гимнастика и др.

Структура коррекционных занятий программы коррекционного курса внеурочной деятельности «Час психолога: «Формирование коммуникативного поведения»:

1. Вводная часть:

- организационный момент;
- четкая постановка цели занятия.

2. Основная часть занятия:

- повторение изученного ранее материала;
- новый материал;
- выполнение задания, которое не вызывает у детей особых затруднений.

3. Заключительная часть:

- определение продвижения каждого ученика в изучаемой теме;
- анализ выявленных затруднений (рефлексия).

Через каждые 5-7 минут занятия проводятся *физкультминутки* (упражнения на расслабление, формирование правильной осанки, упражнения для развития мелкой моторики, для профилактики зрения и др.).

3. Содержание программы коррекционного курса «Час психолога: «Формирование коммуникативного поведения»:

Раздел 1. Вводные занятия (2ч). Здравствуйтесь!

Сплочение группы.

Раздел 2. Это я (2 ч).

Сокращение дистанции между участниками.

Раздел 3. Искусство общения (2 ч).

Установление доверительных отношений в классе, приобретение учащимися навыков эффективного общения.

Раздел 4. Неуверенность и страхи (2 ч).

Выявление собственных страхов и работа по их преодолению.

Раздел 5. Одиночество (4 ч).

Моделирование поведения в ситуации одиночества.

Раздел 6. Установление контакта (2ч.).

Формирование навыков общения.

Раздел 7. Умение вызвать симпатию (4ч.)

Развитие эмоционально-личностной сферы.

Раздел 8. Открытость и откровенность (4ч.).

Приобретение навыков открытого выражения чувств (отражения чувств).

Раздел 9. Выражение позитивных чувств (2ч.)

Приобретение навыков выражения позитивных чувств.

Раздел 10. Выражение негативных чувств. (2ч.)

Формирование умения разбираться в негативных чувствах и поведении.

Раздел 11. Уверенность и уверенное поведение (4ч.)

Развитие личностных ресурсов: уверенности в себе. В своих возможностях.

Раздел 12. Уверенность в конфликтных ситуациях (2ч.)

Выработка и развитие навыков ответственной жизненной позиции.

Раздел 13. Как сказать: «НЕТ» (2ч.)

Развитие ответственности личности перед собой и обществом.

4. Тематическое планирование коррекционного курса внеурочной деятельности «Час психолога: «Формирование коммуникативного поведения»

Название раздела	Количество часов	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
Вводные занятия. Здравствуйтесь!	2	Выполняют игры и упражнения на знакомство и сплочение класса.
Это я.	2	Выполняют игры и упражнения на стремление к самопознанию.
Искусство общения.	2	Выполняют игры и упражнения на развитие навыков эффективного общения.

Неуверенность и страхи.	2	Выполняют игры и упражнения на преодоление неуверенности, страхов.
Одиночество	4	Выполняют игры и упражнения на создание моделей поведения в ситуации одиночества и их оценивают.
Установление контактов.	2	.Выполняют игры и упражнения на расширение круга друзей.
Умение вызвать симпатию.	4	Выполняют игры и упражнения на развитие умения вызвать у собеседника симпатию.
Открытость и открытость.	4	Выполняют игры и упражнения на открытое выражение чувств.
Выражение позитивных чувств.	2	Выполняют игры и упражнения на умение выражать позитивные чувства.
Выражение негативных чувств.	2	Выполняют игры и упражнения на умение выражать свои желания, на отражение негативных чувств.
Уверенность и уверенное поведение.	4	Выполняют игры и упражнения на развитие навыков уверенного поведения.
Уверенность в конфликтных ситуациях.	2	Выполняют игры и упражнения на разрешение конфликта.
Как сказать «НЕТ»	2	Выполняют игры и упражнения на развитие навыков уверенного и конструктивного поведения в различных жизненных ситуациях. Мониторинг достигнутых результатов.
	Всего:34ч	

Приложение 1
к Рабочей программе

Календарно-тематическое планирование Пояснительная записка

Календарно-тематическое планирование по коррекционному курсу внеурочной деятельности **«Час психолога. Формирование коммуникативного поведения»** для обучающихся 9 «Б» класса составлено Князевой О.В. на основе рабочей программы «Час психолога. Формирование коммуникативного поведения».

Количество часов в неделю -1ч

Количество часов в год по программе -34ч.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата проведения занятия по плану	Дата проведения занятия по факту	Тема занятия	Характеристика основных видов деятельности обучающихся
<i>Раздел 1. Вводные занятия. Здравствуйте! (2ч.)</i>				
1			Проведение инструктажа по ОТ Здравствуйте!	1. Организационный момент: 1.1. Упражнение «Принятие правил»; 1.2. Упражнение «Снежный ком»; 2. Разминка: 2.1. Упражнение «Ураган»; 2.2. Упражнение «Да-нет»; 3. Работа по теме занятия: 3.1. Знакомство с программой. Рассказ педагога; 3.2. Анкетирование; 4. Разминка: упражнение для повышения интеллектуальных способностей; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Подарок»; 5.2. Под руководством педагога учатся подводить итоги занятия. Рефлексия.
2			Здравствуйте! Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1. Упражнение «Принятие правил»; 1.2. Упражнение «Снежный ком»; 2. Разминка: 2.1. Упражнение «Ураган»; 2.2. Упражнение «Да-нет»; 3. Работа по теме занятия: 3.1. Знакомство с программой. Рассказ педагога; 3.2. Анкетирование; 4. Разминка: упражнение для повышения интеллектуальных способностей; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Подарок»; 5.2. Под руководством педагога учатся подводить итоги занятия. Рефлексия.
<i>Раздел 2. Это я. (2ч.)</i>				
3			Это я.	1. Организационный момент: 1.2 Упражнение «Я люблю... Я не люблю...»; 2. Работа по теме: 2.1. Упражнение «Мое физическое тело»;

				2.2. Упражнение «Похож-не похож»; 2.3. Упражнение «Ладонка»; 3. Разминка: гимнастика для выработки правильной осанки; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Свет мой зеркальце, скажи...»; 4.2. Упражнение «Герб»; 5.Разминка: 5.1. Упражнение «Моечная машина»; 6.Итог занятия. Рефлексия.
4			Это я. Продолжение.	1.Организационный момент: 1.2 Упражнение «Я люблю...Я не люблю...»; 2. Работа по теме: 2.1. Упражнение «Мое физическое тело»; 2.2. Упражнение «Похож-не похож»; 2.3. Упражнение «Ладонка»; 3. Разминка: гимнастика для выработки правильной осанки; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Свет мой зеркальце, скажи...»; 4.2. Упражнение «Герб»; 5.Разминка: 5.1. Упражнение «Моечная машина»; 6.Итог занятия. Рефлексия.
Раздел 3. Искусство общения. (2ч.)				
5			Искусство общения.	1. Организационный момент. Разминка: 1.1. Упражнение «Странный город»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Разъяснение; 3.Разминка: 3.1. Упражнение «Построиться по росту»; 3.2. Упражнение «Найди себе пару»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Разговор через стекло»; 4.2. Упражнение «Встанем на газету»; 4.3. Упражнение «Дорисуй картину»; 4.4. Упражнение «Передача предметов»; 4.5. Упражнение «слепой и поводырь» 5. Разрядка: 5.1. Гимнастика для снятия напряжения; 6. Работа по теме занятия (продолжение): 6.1. Упражнение «Я и мир вокруг меня»; 6.2. Упражнение «Четыре позиции»; 6.3. Упражнение «Испорченный телефон»; 7. Итог занятия. Рефлексия.
6			Искусство общения. Продолжение.	1. Организационный момент. Разминка: 1.1. Упражнение «Странный город»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Разъяснение; 3.Разминка:

				3.1. Упражнение «Построиться по росту»; 3.2. Упражнение «Найди себе пару»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Разговор через стекло»; 4.2. Упражнение «Встанем на газету»; 4.3. Упражнение «Дорисуй картину»; 4.4. Упражнение «Передача предметов»; 4.5. Упражнение «слепой и поводырь» 5. Разрядка: 5.1. Гимнастика для снятия напряжения; 6. Работа по теме занятия (продолжение): 6.1. Упражнение «Я и мир вокруг меня»; 6.2. Упражнение «Четыре позиции»; 6.3. Упражнение «Испорченный телефон»; 7. Итог занятия. Рефлексия.
Раздел 4. Неуверенность и страхи. (2ч.)				
7			Проведение инструктажа по ОТ Неуверенность и страхи.	1. Организационный момент: 1.1. Упражнение «Я так боюсь, а многие этого не боятся»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Я не боюсь, а многие боятся»; 2.2. Упражнение «Как же ты научился этого не бояться?»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Перетягивание газеты»; 4. Итог занятия. Рефлексия.
8			Неуверенность и страхи. Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1. Упражнение «Я так боюсь, а многие этого не боятся»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Я не боюсь, а многие боятся»; 2.2. Упражнение «Как же ты научился этого не бояться?»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Перетягивание газеты»; 4. Итог занятия. Рефлексия.
Раздел 5. Одиночество. (4ч.)				
9			Одиночество	1.Организационный момент: 1.1. Беседа «Достаточно ли у меня близких людей?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Одиночество»; 2.2. Упражнение «Пути выхода из одиночества»; 2.3. Упражнение «Инвентарь отношений»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Многоножка»; 4. Итог занятия. Рефлексия:

				4.1. Упражнение «Больше-меньше»; 4.2. Обсуждение.
10			Одиночество. Продолжение.	1.Организационный момент: 1.1. Беседа «Достаточно ли у меня близких людей?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Одиночество»; 2.2. Упражнение «Пути выхода из одиночества»; 2.3. Упражнение «Инвентарь отношений»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Многоножка»; 4. Итог занятия. Рефлексия: 4.1. Упражнение «Больше-меньше»; 4.2. Обсуждение.
11			Одиночество. Продолжение.	1.Организационный момент: 1.1. Беседа «Достаточно ли у меня близких людей?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Одиночество»; 2.2. Упражнение «Пути выхода из одиночества»; 2.3. Упражнение «Инвентарь отношений»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Многоножка»; 4. Итог занятия. Рефлексия: 4.1. Упражнение «Больше-меньше»; 4.2. Обсуждение.
12			Проведение инструктажа по Одиночество. Заключение.	1.Организационный момент: 1.1. Беседа «Достаточно ли у меня близких людей?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Одиночество»; 2.2. Упражнение «Пути выхода из одиночества»; 2.3. Упражнение «Инвентарь отношений»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Многоножка»; 4. Итог занятия. Рефлексия: 4.1. Упражнение «Больше-меньше»; 4.2. Обсуждение.
Раздел 6. Установление контактов (2ч.).				

13			Установление контактов.	1. Организационный момент: 1.1. Упражнение «новые знакомства»; 1.2. Упражнение «Места для знакомства»; 2. Разминка: 2.1. Упражнение «Приветствие»; 3. Работа по теме занятия: 3.1. Упражнение «Приветствие без слов»; 3.2. Упражнение «Сбор фраз для контакта»; 3.3. Упражнение «Первое обращение»; 3.4. Упражнение «Темы для беседы»; 4. Итог занятия. Рефлексия.
14			Установление контактов. Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1. Упражнение «новые знакомства»; 1.2. Упражнение «Места для знакомства»; 2. Разминка: 2.1. Упражнение «Приветствие»; 3. Работа по теме занятия: 3.1. Упражнение «Приветствие без слов»; 3.2. Упражнение «Сбор фраз для контакта»; 3.3. Упражнение «Первое обращение»; 3.4. Упражнение «Темы для беседы»; 4. Итог занятия. Рефлексия.
Раздел 7. Умение вызвать симпатию (4ч.)				
15			Умение вызвать симпатию.	1. Организационный момент: 1.1. Беседа «Умение вызвать симпатию»; 1.2. Упражнение «Диалог в парах»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Какая же у меня прелестная штучка!..»; 2.2. Упражнение «Какая же у тебя прелестная штучка!..»; 2.3. Упражнение «Как мне это здорово удастся!..» 2.4. Упражнение «Делаем конкретные комплименты»; 2.5. Упражнение «Делаем общие комплименты»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Между лбами»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Что приятно большинству людей»; 4.2. Упражнение «Вызвать симпатию у группы»; 4.3. Упражнение «Вызвать симпатию»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Симпатия»»; 5.2. Рефлексия: обмен мнениями, впечатлениями.
16			Умение вызвать	1. Организационный момент: 1.1. Беседа «Умение вызвать симпатию»;

			симпатию. Продолжение.	1.2. Упражнение «Диалог в парах»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Какая же у меня прелестная штучка!...»; 2.2. Упражнение «Какая же у тебя прелестная штучка!...»; 2.3. Упражнение «Как мне это здорово удастся!...» 2.4. Упражнение «Делаем конкретные комплименты»; 2.5. Упражнение «Делаем общие комплименты»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Между лбами»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Что приятно большинству людей»; 4.2. Упражнение «Вызвать симпатию у группы»; 4.3. Упражнение «Вызвать симпатию»; 5.Итог занятия: 5.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Симпатия»»; 5.2. Рефлексия: обмен мнениями, впечатлениями.
17			<i>Проведение инструктажа по ОТ</i> Умение вызывать симпатию. Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1. Беседа «Умение вызвать симпатию»; 1.2. Упражнение «Диалог в парах»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Какая же у меня прелестная штучка!...»; 2.2. Упражнение «Какая же у тебя прелестная штучка!...»; 2.3. Упражнение «Как мне это здорово удастся!...» 2.4. Упражнение «Делаем конкретные комплименты»; 2.5. Упражнение «Делаем общие комплименты»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Между лбами»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Что приятно большинству людей»; 4.2. Упражнение «Вызвать симпатию у группы»; 4.3. Упражнение «Вызвать симпатию»; 5.Итог занятия: 5.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Симпатия»»; 5.2. Рефлексия: обмен мнениями, впечатлениями.

18			Умение вызвать симпатию. Заключение.	1. Организационный момент: 1.1. Беседа «Умение вызвать симпатию»; 1.2. Упражнение «Диалог в парах»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Какая же у меня прелестная штучка!..»; 2.2. Упражнение «Какая же у тебя прелестная штучка!..»; 2.3. Упражнение «Как мне это здорово удастся!..» 2.4. Упражнение «Делаем конкретные комплименты»; 2.5. Упражнение «Делаем общие комплименты»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Между лбами»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Что приятно большинству людей»; 4.2. Упражнение «Вызвать симпатию у группы»; 4.3. Упражнение «Вызвать симпатию»; 5.Итог занятия: 5.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Симпатия»»; 5.2. Рефлексия: обмен мнениями, впечатлениями.
Раздел 8. Открытость и откровенность (4ч.)				
19			Открытость и откровенность.	1.Организационный момент: 1.1. Лекция «Типы выражения чувств»; 1.2. Упражнение «Что сложнее?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Чувства бывают разными»; 2.2. Упражнение «Отгадай чувство»; 2.3. Упражнение «Что я сейчас чувствую»; 2.4. Упражнение «Как это сказать по-русски»; 3.Разминка: 3.1. Упражнение «Стыковка»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Чувство плюс поведение»; 4.2. Рефлексия.
20			Открытость и откровенность. Продолжение.	1.Организационный момент: 1.1. Лекция «Типы выражения чувств»; 1.2. Упражнение «Что сложнее?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Чувства бывают разными»; 2.2. Упражнение «Отгадай чувство»; 2.3. Упражнение «Что я сейчас чувствую»; 2.4. Упражнение «Как это сказать по-русски»; 3.Разминка: 3.1. Упражнение «Стыковка»; 4. Итог занятия:

				4.1. Упражнение «Чувство плюс поведение»; 4.2. Рефлексия.
21			Открытость и откровенность. Продолжение.	1.Организационный момент: 1.1. Лекция «Типы выражения чувств»; 1.2. Упражнение «Что сложнее?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Чувства бывают разными»; 2.2. Упражнение «Отгадай чувство»; 2.3. Упражнение «Что я сейчас чувствую»; 2.4. Упражнение «Как это сказать по-русски»; 3.Разминка: 3.1. Упражнение «Стыковка»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Чувство плюс поведение»; 4.2. Рефлексия.
22			Открытость и откровенность. Заключение.	1.Организационный момент: 1.1. Лекция «Типы выражения чувств»; 1.2. Упражнение «Что сложнее?»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Чувства бывают разными»; 2.2. Упражнение «Отгадай чувство»; 2.3. Упражнение «Что я сейчас чувствую»; 2.4. Упражнение «Как это сказать по-русски»; 3.Разминка: 3.1. Упражнение «Стыковка»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Чувство плюс поведение»; 4.2. Рефлексия.
Раздел 9. Выражение позитивных чувств (2ч.)				
23			Проведение инструктажа по ОТ Выражение позитивных чувств.	1.Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Беседа «Позитивные чувства»; 1.3. Ролевая игра «Как ты меня порадовал!»; 2.Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Выражение позитивных чувств»; 2.2. Ролевая игра; 2.3. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 2.4. Беседа «Открытое отражение позитивных чувств»; 2.5. Упражнение «Сбор ситуаций по теме» Отражение позитивных чувств партнера»; 2.6. Ролевая игра; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Бег с карандашами»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 4.2. Рефлексия.
24				1.Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу;

			Выражение позитивных чувств. Продолжение.	1.2. Беседа «Позитивные чувства»; 1.3. Ролевая игра «Как ты меня порадовал!»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Выражение позитивных чувств»; 2.2. Ролевая игра; 2.3. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 2.4. Беседа «Открытое отражение позитивных чувств»; 2.5. Упражнение «Сбор ситуаций по теме» «Отражение позитивных чувств партнера»; 2.6. Ролевая игра; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Бег с карандашами»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 4.2. Рефлексия.
Раздел 10. Выражение негативных чувств. (2ч.)				
25			Выражение негативных чувств.	1. Организационный момент: 1.1 Приветствие в кругу; 1.2. Беседа «Негативные чувства»; 1.3. Ролевая игра; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Выражение негативных чувств»; 2.2. Ролевая игра; 2.3. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Толкачи»; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Отражение негативных чувств партнера»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 5.2. Рефлексия.
26			Выражение негативных чувств. Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1 Приветствие в кругу; 1.2. Беседа «Негативные чувства»; 1.3. Ролевая игра; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Выражение негативных чувств»; 2.2. Ролевая игра; 2.3. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Толкачи»;

				4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Отражение негативных чувств партнера»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Проверка полученных навыков»; 5.2. Рефлексия.
Раздел 11. Уверенность и уверенное поведение (4ч.)				
27			Уверенность и уверенное поведение.	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Упражнение «Ах, какой ты молодец!...»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Я уверен в себе, если...»; 2.2. Упражнение «Оцени себя»; 2.3. Упражнение «Свеча»; 2.4. Упражнение «Доверяющее падение»; 2.5. Упражнение «налет орды на отрешенных»; 3. Разминка: 3.1. Аутогенная тренировка; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Сила слова»; 4.2. Упражнение «10 заповедей неудачника»; 4.3. Упражнение «Копилка хороших поступков»; 4.4. Упражнение «Аплодисменты по кругу»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Черно-белый камень»; 5.2. Рефлексия.
28			Проведение инструктажа по ОТ Уверенность и уверенное поведение. Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Упражнение «Ах, какой ты молодец!...»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Я уверен в себе, если...»; 2.2. Упражнение «Оцени себя»; 2.3. Упражнение «Свеча»; 2.4. Упражнение «Доверяющее падение»; 2.5. Упражнение «налет орды на отрешенных»; 3. Разминка: 3.1. Аутогенная тренировка; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Сила слова»; 4.2. Упражнение «10 заповедей неудачника»; 4.3. Упражнение «Копилка хороших поступков»; 4.4. Упражнение «Аплодисменты по кругу»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Черно-белый камень»; 5.2. Рефлексия.
29			Уверенность и уверенное поведение.	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Упражнение «Ах, какой ты молодец!...»; 2. Работа по теме занятия:

			Продолжение.	2.1. Упражнение «Я уверен в себе, если...»; 2.2. Упражнение «Оцени себя»; 2.3. Упражнение «Свеча»; 2.4. Упражнение «Доверяющее падение»; 2.5. Упражнение «налет орды на отрешенных»; 3. Разминка: 3.1. Аутогенная тренировка; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Сила слова»; 4.2. Упражнение «10 заповедей неудачника»; 4.3. Упражнение «Копилка хороших поступков»; 4.4. Упражнение «Аплодисменты по кругу»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Черно-белый камень»; 5.2. Рефлексия.
30			Уверенность и уверенное поведение. Заключение.	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Упражнение «Ах, какой ты молодец!...»; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Я уверен в себе, если...»; 2.2. Упражнение «Оцени себя»; 2.3. Упражнение «Свеча»; 2.4. Упражнение «Доверяющее падение»; 2.5. Упражнение «налет орды на отрешенных»; 3. Разминка: 3.1. Аутогенная тренировка; 4. Работа по теме занятия (продолжение): 4.1. Упражнение «Сила слова»; 4.2. Упражнение «10 заповедей неудачника»; 4.3. Упражнение «Копилка хороших поступков»; 4.4. Упражнение «Аплодисменты по кругу»; 5. Итог занятия: 5.1. Упражнение «Черно-белый камень»; 5.2. Рефлексия.
Раздел 12. Уверенность в конфликтных ситуациях (2ч.)				
31			Уверенность в конфликтных ситуациях.	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Беседа «Конфликты». Способы разрешения конфликтов; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Конфликтный разговор»»; 2.2. Ролевая игра; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Узкий мостик»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Проверка полученных знаний»; 4.2. Рефлексия.

32			Уверенность в конфликтных ситуациях. Продолжение.	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Беседа «Конфликты». Способы разрешения конфликтов; 2. Работа по теме занятия: 2.1. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Конфликтный разговор»; 2.2. Ролевая игра; 3. Разминка: 3.1. Упражнение «Узкий мостик»; 4. Итог занятия: 4.1. Упражнение «Проверка полученных знаний»; 4.2. Рефлексия.
Раздел 13. Как сказать «НЕТ» (2ч.).				
33			Как сказать «НЕТ».	1. Организационный момент: 1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Обсуждение. Разъяснение; 2. Разминка: 2.1. Упражнение «Паровозик»; 3. Работа по теме занятия: 3.1. Упражнение «отказ»; 3.2. Упражнение «Просто скажи: «НЕТ»; 3.3. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Конфликтный разговор»; 3.4. Упражнение «Лицо группы»; 3.5. Заключительная диагностика; 4. Итог занятия: 4.1. Обсуждение: итоговый круг; 4.2. Рефлексия.
34			Как сказать: «НЕТ». Заключение.	1.1. Приветствие в кругу; 1.2. Обсуждение. Разъяснение; 2. Разминка: 2.1. Упражнение «Паровозик»; 3. Работа по теме занятия: 3.1. Упражнение «отказ»; 3.2. Упражнение «Просто скажи: «НЕТ»; 3.3. Упражнение «Сбор ситуаций по теме «Конфликтный разговор»; 3.4. Упражнение «Лицо группы»; 3.5. Мониторинг достигнутых результатов. 4. Итог занятия: 4.1. Обсуждение: итоговый круг; 4.2. Рефлексия.
Всего: 34 часа				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 678583232315199735689938579576386585277328465038

Владелец Кайгородова Наталья Павловна

Действителен с 10.06.2025 по 10.06.2026