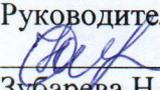


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 24»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА БРАТСКА

РАССМОТРЕНО  
Заседание МО  
МБОУ «СОШ №24»  
Руководитель МО  
  
Зубарева Н.Е.  
Протокол №1 от  
«29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
  
\_\_\_\_\_  
Попова Л.М.  
Протокол МС №1 от  
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
  
\_\_\_\_\_  
Иванова М.В.  
Приказ № 406 от  
«30» августа 2024 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности «Основы коммуникации»**  
для обучающихся с ЗПР 5-9 классов

**Направление внеурочной деятельности: социальное**

Разработал:  
Зубарева Нина Евгеньевна  
Педагог-психолог

Братск, 2024

## Содержание программы

№	Содержание (разделы, темы)	Формы организации занятий	Основные виды деятельности
1.	Невербальная коммуникация	<b>Индивидуальная</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- распознавание различных эмоциональных состояний</li> <li>- отслеживать жесты собеседника и правильно их воспринимать в процессе общения</li> <li>- демонстрация подходящих к случаю жестов</li> <li>- рассматривание разных поз людей в различных ситуациях</li> </ul> <p>прослушивание звуковых эмоциональных записей - крик, плач, смех, вскрики, неразборчивый шёпот с оттенком тревоги, страха, радости и других эмоций.</p>
2.	Вербальная коммуникация	<b>Индивидуальная</b>	Подбор нужных этикетных и речевых формул приветствия и прощания, знакомства, извинения, просьбы.
3.	Моделирование и разыгрывание типичных жизненных ситуаций	<b>Индивидуальная</b>	Прогнозирование речевой ситуации (рассматривание рисунка). Проигрывание ситуаций из реальной жизни.
4.	Вспомним чувства	<b>Индивидуальная</b>	Актуализировать знания об эмоциональной сфере человека
5.	Качества людей	<b>Индивидуальная</b>	Ознакомить с понятием «качества людей», помочь исследовать свои чувства, изучить свои особенности
6.	Какой Я – какой ты	<b>Индивидуальная</b>	Помочь понять собственные положительные качества; научит находить положительные качества во всех людях
7.	Мои Друзья	<b>Индивидуальная</b>	Осознание собственной индивидуальности, отличий от других людей, формирование понимания причастности к группе, развитие навыка взаимодействия в паре, в коллективе.
8.	Умение владеть собой	<b>Индивидуальная</b>	Научить управлять своими эмоциями, своими поступками и своим характером
9.	Фантазия характеров	<b>Индивидуальная</b>	Помочь осознать ценность человеческих поступков и отношений к миру

10.	Культура общения	Индивидуальная	Познакомить что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения
11.	«Кто я?»	Индивидуальная	Привлечь внимания к процессу взросления; помочь усвоить понятие «способности», «внутренний мир человека»; исследовать способности и склонности характера
12.	Мой класс и мои друзья	Индивидуальная	Помочь понять свое место среди одноклассников и своих друзей
13.	Страна эмоций	Индивидуальная	Закрепить знания об эмоциях, их проявлении

### Планируемые результаты изучения курса

**Личностными результатами** изучения программы «Основы коммуникации» являются формирование следующих умений:

преодолевать барьеры в общении;

формировать способности выражать свои чувства, эмоциональные состояния (умение корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.);

развития доверия и способности к пониманию и сопереживанию чувствам других людей;

умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех

снимать психическое напряжение;

уметь самовыражаться.

**Метапредметными результатами** изучения программы «Основы коммуникации» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

учиться различным способам саморегуляции;

учиться принимать на себя ответственность;

**Познавательные УУД:**

развить способность понимать обращённую речь, понимать смысл доступных жестов;

выполнять задания по словесной инструкции учителя;

с помощью учителя выделять и формулировать цель собственной деятельности.

**Коммуникативные УУД:**

уметь пользоваться различными способами коммуникации;

налаживать контакты (умение начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор);

умение получать и уточнять информацию от собеседника;

умение использовать вербальные средства коммуникации;

умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных и не учебных проблем;

**Тематическое планирование  
5 класс**

№	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятий (для внеурочной деятельности, доп. образования)
1.		Я - пятиклассник. Беседа.	1		Индивидуальное занятие
2.		Первичная диагностика ВПФ	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
3.		Говорящая надпись. Рефлексия личностных качеств	1		Индивидуальное занятие
4.		Запомни слова. Пиктограммы	1		Индивидуальное занятие
5.		Какие мы разные. Игра «Веселый. Грустный. Злой.»	1		Индивидуальное занятие
6.		Пары слов. Аналогии	1		Индивидуальное занятие
7.		Игра «Объясни слова»	1		Индивидуальное занятие
8.		Формирование вербального анализа. Я узнаю себя	1		Индивидуальное занятие
9.		Формирование вербального анализа. Говорим по-марсиански	1		Индивидуальное занятие
10.		Формирование вербального анализа. Придумываем слова	1		Индивидуальное занятие
11.		Развитие внимания. Найди фигуры	1		Индивидуальное занятие
12.		Способы применения предметов. Делаем вместе	1		Индивидуальное занятие
13.		Развитие словесно-логического мышления. Составляем рассказ по картинке	1		Индивидуальное занятие
14.		Развитие словесно-логического мышления. Поиск синонимов и антонимов	1		Индивидуальное занятие
15.		Развитие словесно-логического мышления. Слово в зеркале	1		Индивидуальное занятие
16.		Промежуточная диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
17.		Какие бывают эмоции. Меняем	1		Индивидуальное

		форму, сохраняем содержание			занятие
18.		Развитие внимания. Игра «Дубль»	1		Индивидуальное занятие
19.		Метафорические карты. Диагностика эмоционального состояния	1		Индивидуальное занятие
20.		Практическое занятие «Карта уверенности»	1		Индивидуальное занятие
21.		Практическое занятие «Карта уверенности»	1		Индивидуальное занятие
22.		Ролевая игра «Я и мои друзья»	1		Индивидуальное занятие
23.		Развитие эмоциональной сферы. Просмотр мультфильма «Головоломка»	1	<a href="https://ru-tube.ru/video/d9364562caf7fcec637bc9c0f40f44be/">https://ru-tube.ru/video/d9364562caf7fcec637bc9c0f40f44be/</a>	Индивидуальное занятие
24.		Развитие эмоциональной сферы. Просмотр мультфильма «Головоломка»	1	<a href="https://ru-tube.ru/video/d9364562caf7fcec637bc9c0f40f44be/">https://ru-tube.ru/video/d9364562caf7fcec637bc9c0f40f44be/</a>	Индивидуальное занятие
25.		Развитие эмоциональной сферы. Просмотр мультфильма «Головоломка». Анализ собственных чувств и эмоций.	1	<a href="https://ru-tube.ru/video/d9364562caf7fcec637bc9c0f40f44be/">https://ru-tube.ru/video/d9364562caf7fcec637bc9c0f40f44be/</a>	Индивидуальное занятие
26.		Обсуждение трудностей подростков. Отношения с родителями	1		Индивидуальное занятие
27.		Обсуждение трудностей подростков. Отношения с одноклассниками	1		Индивидуальное занятие
28.		Обсуждение трудностей подростков. Отношения с друзьями	1		Индивидуальное занятие
29.		Какие мы разные. Игра «Веселый. Грустный. Злой.»	1		Индивидуальное занятие
30.		Рефлексия личностных качеств. Рисунок «Несуществующее животное»	1		Индивидуальное занятие

31.		Классификация жестов (жест рукой, обозначающий несогласие, отказ) Рассматривание поз на картинках	1		Индивидуальное занятие
32.		Повторная диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
33.		Заключительное занятие. Составление планов на период каникул	1		Индивидуальное занятие

### 6 класс

№	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятий (для внеурочной деятельности, доп. образования)
1.		Стартовая диагностика ВПФ.	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
2.		«Кто умеет улыбаться?» «Мимическая гимнастика»	1		Индивидуальное занятие
3.		Упражнение «Зеркало». «Обезьянка». «Лица»	1		Индивидуальное занятие
4.		Классификация чувств. Классификация жестов (приветствие и прощание) Рассматривание поз на картинках.	1		Индивидуальное занятие
5.		Классификация жестов (жест рукой, обозначающий несогласие, отказ) Рассматривание поз на картинках	1		Индивидуальное занятие
6.		Упражнение «Это я! Это моё!»	1		Индивидуальное занятие
7.		Классификация чувств. Азбука настроений.	1		Индивидуальное занятие
8.		Этюд на выражение радости и страха.	1		Индивидуальное занятие
9.		Разыгрывание сюжета с использованием жестов (радость,	1		Индивидуальное занятие

		страх)		
10.		Этюд на выражение удивления и огорчения.	1	Индивидуальное занятие
11.		Разыгрывание сюжета с использованием жестов удивления и огорчения	1	Индивидуальное занятие
12.		Классификация жестов (сжимание кулаков, выражающее агрессивность)	1	Индивидуальное занятие
13.		Разыгрывание сюжета с использованием жестов	1	Индивидуальное занятие
14.		Закрепление пройденных жестов. Упражнения на подражание	1	Индивидуальное занятие
15.		Прослушивание эмоциональных записей – радости. Проигрывание	1	Индивидуальное занятие
16.		Прослушивание эмоциональных записей – смех. Проигрывание. Игра «Изображать животных»	1	Индивидуальное занятие
17.		Формулы приветствия	1	Индивидуальное занятие
18.		Формулы знакомства	1	Индивидуальное занятие
19.		Формулы прощания	1	Индивидуальное занятие
20.		Формулы извинения	1	Индивидуальное занятие
21.		Изображать голоса сказочных персонажей. Упражнения «Изображать, как шепчутся листья, как бушует море».	1	Индивидуальное занятие
22.		«Узнай по интонации». « Скажи интонацией»	1	Индивидуальное занятие
23.		Формулы просьбы	1	Индивидуальное занятие
24.		«Моделирование и разыгрывание типичных жизненных ситуаций» Прогнозирование ситуаций	1	Индивидуальное занятие
25.		Разыгрывание ситуаций (доброта)	1	Индивидуальное занятие
26.		Разыгрывание ситуаций (вежливость)	1	Индивидуальное занятие
27.		Упражнение «Ты гулял во дворе»	1	Индивидуальное занятие
28.		Упражнение «Ты потерял свою игрушку»	1	Индивидуальное занятие
29.		Упражнение «Ты поссорился с	1	Индивидуальное

		другом и теперь хочешь помириться»			занятие
30.		Упражнение «Как отметить праздник в семье»	1		Индивидуальное занятие
31.		Упражнение «Как поднять маме (папе) настроение»	1		Индивидуальное занятие
32.		Диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
33.		Составление творческого плана на каникулы	1		Индивидуальное занятие
34.		Заключительное занятие	1		Индивидуальное занятие

**Тематическое планирование  
7 класс**

№	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятий (для внеурочной деятельности, доп. образования)
1.		Мы рады встрече. Диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
2.		Понимаем чувства другого	1		Индивидуальное занятие
3.		Понимаем чувства другого	1		Индивидуальное занятие
4.		Мы испытываем разные чувства	1		Индивидуальное занятие
5.		Люди отличаются друг от друга своими качествами	1		Индивидуальное занятие
6.		Различные качества людей	1		Индивидуальное занятие
7.		Кого называют доброжелательным человеком? Трудно ли быть доброжелательным человеком?	1		Индивидуальное занятие
8.		Какие качества нам нравятся друг в друге	1		Индивидуальное занятие
9.		Какие качества нам нравятся друг	1		Индивидуальное

		в друге			занятие
10.		Какими качествами мы похожи, а какими отличаемся?	1		Индивидуальное занятие
11.		В каждом человеке есть темные и светлые качества	1		Индивидуальное занятие
12.		«Какой Я – какой Ты». Какой я	1		Индивидуальное занятие
13.		Какой ты?	1		Индивидуальное занятие
14.		Какой ты?	1		Индивидуальное занятие
15.		Какой ты? Учимся договариваться	1		Индивидуальное занятие
16.		Какой ты? Учимся договариваться	1		Индивидуальное занятие
17.		Мой портрет	1		Индивидуальное занятие
18.		Мое имя	1		Индивидуальное занятие
19.		Моя семья	1		Индивидуальное занятие
20.		Моя семья	1		Индивидуальное занятие
21.		Мои мысли, желания, возможности	1		Индивидуальное занятие
22.		Мои мысли, желания, возможности	1		Индивидуальное занятие
23.		Сегодня, вчера, завтра	1		Индивидуальное занятие
24.		Домашние трудности	1		Индивидуальное занятие
25.		Школьные трудности	1		Индивидуальное занятие
26.		Я и мой учитель	1		Индивидуальное занятие
27.		Взаимодействие с коллективом	1		Индивидуальное занятие
28.		Взаимодействие с коллективом	1		Индивидуальное занятие
29.		Мимические миниатюры	1		Индивидуальное занятие
30.		Отгадай эмоцию	1		Индивидуальное занятие
31.		Отгадай эмоцию	1		Индивидуальное занятие

32.		Отгадай эмоцию	1		Индивидуальное занятие
33.		Диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
34.		Заключительное занятие	1		Индивидуальное занятие

### Тематическое планирование 8 класс

№	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятий (для внеурочной деятельности, доп. образования)
		Как я изменился за лето?	1		Индивидуальное занятие
2.		Вводная диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
3.		Умение владеть собой. Что это значит?	1		Индивидуальное занятие
4.		Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками	1		Индивидуальное занятие
5.		Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками	1		Индивидуальное занятие
6.		Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками	1		Индивидуальное занятие
7.		Внимательно слушать собеседника – залог хорошего тона	1		Индивидуальное занятие
8.		Внимательно слушать собеседника – залог хорошего тона	1		Индивидуальное занятие
9.		Что значит быть хозяином своего «Я»?	1		Индивидуальное занятие
10.		Какого человека называют ответственным	1		Индивидуальное занятие
11.		Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?	1		Индивидуальное занятие

12.		Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?	1		Индивидуальное занятие
13.		Оценка человеческих поступков и отношений	1		Индивидуальное занятие
14.		Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают?	1		Индивидуальное занятие
15.		Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло?	1		Индивидуальное занятие
16.		Что значит «делать добро»?	1		Индивидуальное занятие
17.		Что такое хорошо и что такое плохо?	1		Индивидуальное занятие
18.		Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными?	1		Индивидуальное занятие
19.		Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?	1		Индивидуальное занятие
20.		Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?	1		Индивидуальное занятие
21.		Конфликт. Как он возникает?	1		Индивидуальное занятие
22.		Моё поведение в трудных ситуациях	1		Индивидуальное занятие
23.		Моё поведение в трудных ситуациях	1		Индивидуальное занятие
24.		Что такое «этикет»?	1		Индивидуальное занятие
25.		Для чего нужно соблюдать правила общения?	1		Индивидуальное занятие
26.		Правила общения	1		Индивидуальное занятие
27.		Волшебные слова: приветствие, благодарность	1		Индивидуальное занятие
28.		Как правильно начать, поддержать и вести разговор	1		Индивидуальное занятие
29.		Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине	1		Индивидуальное занятие
30.		Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине	1		Индивидуальное занятие
31.		Мальчик и девочка. Культура общения полов	1		Индивидуальное занятие

32.		Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки	1		Индивидуальное занятие
33.		Диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
34.		Заключительное занятие.	1		Индивидуальное занятие

**Тематическое планирование  
9 класс**

№	Дата проведения	Тема	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения занятий (для внеурочной деятельности, доп. образования)
		Вводное занятие	1		Индивидуальное занятие
2.		Диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
3.		Мои способности и возможности	1		Индивидуальное занятие
4.		Кто я?	1		Индивидуальное занятие
5.		Профориентационная диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
6.		Профессиональные интересы	1		Индивидуальное занятие
7.		Профессиональные способности	1		Индивидуальное занятие
8.		Профессиональные возможности	1		Индивидуальное занятие
9.		Куда идти учиться	1		Индивидуальное занятие
10.		Мой внутренний мир	1		Индивидуальное занятие
11.		Уникальность внутреннего мира	1		Индивидуальное занятие
12.		Мой внутренний мир и мои друзья	1		Индивидуальное занятие
13.		Мои друзья – мальчики и девочки,	1		Индивидуальное

		юноши и девушки			занятие
14.		Трудности в отношениях с друзьями	1		Индивидуальное занятие
15.		Ссора и драка. Как правильно действовать в ситуации конфликта	1		Индивидуальное занятие
16.		Трудности в отношениях с родителями	1		Индивидуальное занятие
17.		Как правильно действовать в ситуации конфликта со взрослыми	1		Индивидуальное занятие
18.		Трудности в отношениях с учителями	1		Индивидуальное занятие
19.		Разные чувства	1		Индивидуальное занятие
20.		Радость	1		Индивидуальное занятие
21.		Радость	1		Индивидуальное занятие
22.		Грусть	1		Индивидуальное занятие
23.		Грусть	1		Индивидуальное занятие
24.		Мои страхи	1		Индивидуальное занятие
25.		Страх. Как его преодолеть	1		Индивидуальное занятие
26.		Гнев.	1		Индивидуальное занятие
27.		Гнев и его польза	1		Индивидуальное занятие
28.		Обида	1		Индивидуальное занятие
29.		Как настроиться на экзамены	1		Индивидуальное занятие
30.		Как настроиться на экзамены	1		Индивидуальное занятие
31.		Способы самопомощи при стрессе	1		Индивидуальное занятие
32.		Способы самопомощи при стрессе	1		Индивидуальное занятие
33.		Диагностика	1	<a href="https://psytests.org/">https://psytests.org/</a>	Индивидуальное занятие
34.		Заключительное итоговое занятие	1		Индивидуальное занятие

