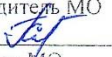


муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 218»

«Рассмотрено»

на заседании МО ППС

Руководитель МО

 К. И. Палкина

Протокол МО

№ 1 от « 26 » августа 2026 г.



«Утверждено»

Директор МАОУ СОШ № 218

 А. А. Семернинов

*Приказ от «27» августа 2026 г.

№ ВЗ/2-08

ПРОГРАММА
по выявлению психологической поддержки одарённых детей
«Грани таланта»
4-5 класс

Составитель / Разработчик: педагог-психолог

Крылова Н.К.

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол от «27» августа 2026 г. № 1

Новосибирск, 2026

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы

Одаренные дети – это особая категория обучающихся, которая нуждается не только в развитии своих интеллектуальных и творческих способностей, но и в психологической поддержке. В возрасте 10–12 лет, на этапе перехода в среднее звено, одаренные дети сталкиваются с рядом специфических трудностей: повышенные требования к себе, страх неудачи, трудности в общении со сверстниками, непонимание со стороны взрослых, эмоциональная уязвимость. Одаренность может органично вписаться в жизнь ребенка, а может породить множество сложных социально-психологических и внутренних противоречий.

Нередко одаренные дети испытывают социально-психологические трудности в общении, деловом сотрудничестве, построении близких доверительных отношений. У них может быть недостаточно сформирована способность к эмпатии, что создает трудности в общении. Протест ребенка против сложившейся практики отношения к нему сверстников и взрослых, неудовлетворенность отношениями могут принимать формы демонстративного, асоциального или, наоборот, замкнутого поведения.

Программа «**Грани таланта**» направлена на создание условий для личностного развития одаренных учащихся, осознания ими своей уникальности, развитие навыков саморегуляции и эффективной коммуникации. Особенность программы – ее **компактность** (4 занятия в год) и **психологическая направленность**: акцент делается не на развитие самих способностей, а на формирование устойчивой личности, способной справляться с внутренними и внешними вызовами, связанными с одаренностью.

Новизна программы заключается в интегративном подходе: она сочетает элементы тренинга личностного роста, арт-терапии и психологического просвещения, что позволяет одаренному ребенку не только лучше понять себя, но и выстроить гармоничные отношения с окружающим миром.

Цель программы

Создание условий для личностного развития одаренных и высокомотивированных учащихся, формирование у них адекватной самооценки, эмоциональной устойчивости и навыков эффективного общения.

Задачи программы

1. Диагностические:

- Выявление одаренных и высокомотивированных учащихся, их психологических особенностей и потребностей.
- Изучение уровня самооценки, тревожности, мотивации и социально-психологической адаптации одаренных детей.

2. Развивающие (личностные):

- Формирование у одаренных учащихся адекватной самооценки и позитивного образа «Я».

- Развитие эмоционального интеллекта: умения распознавать и управлять своими эмоциями.
- Обучение навыкам саморегуляции и снятия психоэмоционального напряжения.

3. Социально-коммуникативные:

- Развитие навыков конструктивного общения со сверстниками и взрослыми.
- Формирование умения работать в команде, договариваться, слышать друг друга.
- Профилактика социальной изоляции и формирование «круга поддержки».

4. Просветительские (для родителей и педагогов):

- Повышение психологической компетентности родителей и педагогов в вопросах сопровождения одаренных детей.
- Информирование о психологических особенностях и трудностях одаренных детей.

Целевая аудитория

Одаренные и высокомотивированные учащиеся 4–5 классов (10–12 лет), 7–12 человек в группе.

Психологические особенности одаренных детей данного возраста:

- высокая познавательная потребность и любознательность;
- опережающее развитие интеллекта и речи;
- повышенная чувствительность и эмоциональность;
- перфекционизм и завышенные требования к себе;
- трудности в общении со сверстниками (из-за различий в интересах и уровне развития);
- потребность в признании и понимании;
- склонность к самоанализу и рефлексии.

2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (4 ЗАНЯТИЯ)

№	Месяц	Тема занятия	Цели	Форма работы	Кол-во часов
1	Октябрь	«Кто я? Мои таланты и мои грани»	Самопознание, осознание своей уникальности и сильных сторон, формирование позитивной Я-концепции.	Групповое занятие с элементами арт-терапии и рефлексии	40 мин

№	Месяц	Тема занятия	Цели	Форма работы	Кол-во часов
2	Декабрь	«Мои эмоции – моя сила»	Развитие эмоционального интеллекта, обучение распознаванию и управлению эмоциями, снятие тревожности.	Групповое занятие-тренинг с элементами психогимнастики	40 мин
3	Февраль	«Я и другие: искусство общения»	Развитие коммуникативных навыков, эмпатии, обучение конструктивному взаимодействию со сверстниками.	Групповое занятие-тренинг с ролевыми играми	40 мин
4	Апрель	«Мои ресурсы и моя опора»	Закрепление навыков саморегуляции, осознание внутренних и внешних опор, формирование устойчивости к стрессу.	Групповое занятие с элементами арт-терапии и релаксации	40 мин

3. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1. «Кто я? Мои таланты и мои грани»

Цель: самопознание, осознание своей уникальности и сильных сторон, формирование позитивной Я-концепции.

Ход занятия (40 мин):

1. **Вводная часть (5 мин):** Приветствие, игра-активатор «Имя + качество» (каждый называет свое имя и одно положительное качество, которое его характеризует). Принятие правил группы (конфиденциальность, уважение, право «пас»).

2. **Основная часть (30 мин):**

○ **Упражнение «Мой герб» (12 мин):** Дети рисуют свой герб, разделив лист на 4 части: «Мои таланты», «Мои увлечения», «Что я ценю в людях», «Моя мечта». Затем по кругу представляют свои гербы.

○ **Упражнение «Сундук достижений» (8 мин):** Каждый вспоминает и записывает на стикере 3 своих достижения за последнее время (даже самых маленьких), складывает в общую коробку-«сундук». Ведущий зачитывает некоторые (анонимно), подчеркивая уникальность каждого.

○ **Обсуждение «Что значит быть одаренным?» (10 мин):** Ведущий в доступной форме рассказывает о разных видах одаренности (интеллектуальная, творческая, спортивная, социальная), подчеркивая, что одаренность – это не всегда легко, и что каждый талантлив по-своему. Обсуждение: «С какими трудностями сталкиваются одаренные дети?»

3. **Заключительная часть (5 мин):** Рефлексия «Я сегодня понял, что...», выдача памятки «Мои сильные стороны» (для заполнения дома).

Материалы: листы А4, цветные карандаши/фломастеры, коробка-«сундук», стикеры.

Занятие 2. «Мои эмоции – моя сила»

Цель: развитие эмоционального интеллекта, обучение распознаванию и управлению эмоциями, снятие тревожности.

Ход занятия (40 мин):

1. **Вводная часть (5 мин):** Приветствие, игра-разминка «Зеркало эмоций» (ведущий показывает эмоцию мимикой, дети повторяют).

2. **Основная часть (30 мин):**

○ **Упражнение «Эмоциональный градусник» (5 мин):** Дети рисуют шкалу от 0 до 10 и отмечают уровень своей тревоги / напряжения на данный момент. Обсуждение: «Что влияет на этот уровень?»

○ **Техника «Квадрат дыхания» (5 мин):** Отработка дыхательной техники (вдох – задержка – выдох – задержка по 4 счета) как способа быстрого снятия напряжения.

○ **Арт-упражнение «Рисуем чувство» (10 мин):** Каждый выбирает эмоцию, которую ему трудно выражать (например, гнев, страх, грусть), и рисует ее абстрактными цветными пятнами. Затем превращает рисунок в позитивный (дорисовывает элементы, меняет цвета). Обсуждение: «Как изменилось чувство?»

○ **Упражнение «Мои способы успокоиться» (10 мин):** Мозговой штурм: дети называют, что помогает им справиться с тревогой и стрессом (спорт, музыка, рисование, разговор с другом, сон и т.д.). Ведущий записывает на доске, дополняет список.

3. **Заключительная часть (5 мин):** Рефлексия «Я теперь знаю, что с эмоциями можно...», выдача памятки «Мои способы снятия стресса».

Материалы: листы, карандаши/краски, доска/флипчарт, памятки.

Занятие 3. «Я и другие: искусство общения»

Цель: развитие коммуникативных навыков, эмпатии, обучение конструктивному взаимодействию со сверстниками.

Ход занятия (40 мин):

1. **Вводная часть (5 мин):** Приветствие, игра-активатор «Комплимент по кругу» – каждый говорит соседу что-то приятное.

2. **Основная часть (30 мин):**

○ **Упражнение «Общий рисунок» (10 мин):** Группа на одном большом листе рисует общий рисунок на свободную тему. Задача –

договориться о сюжете, распределить роли, не ссориться. Обсуждение: «Как вам работалось вместе? Что было легко, что трудно?»

- **Игра «Слепой и поводырь» (8 мин):** В парах: один закрывает глаза, другой ведет его по кабинету, обходя препятствия. Затем меняются. Обсуждение: «Что было труднее – быть слепым или поводырем? Что помогает доверять?»

- **Обсуждение «Качества хорошего друга» (7 мин):** Ведущий записывает на доске качества, которые дети называют: честность, умение слушать, поддержка, доброта, чувство юмора. Сравнивают с «идеальным другом».

- **Ролевая игра «Ситуация поддержки» (5 мин):** Разыгрываются ситуации, где один ребенок нуждается в поддержке (например, получил плохую оценку, проиграл в конкурсе). Отработка фраз поддержки.

3. **Заключительная часть (5 мин):** Рефлексия «Чтобы подружиться, нужно...», выдача памятки «Как стать хорошим другом».

Материалы: большой лист ватмана, маркеры, повязки на глаза, карточки с ситуациями.

Занятие 4. «Мои ресурсы и моя опора»

Цель: закрепление навыков саморегуляции, осознание внутренних и внешних опор, формирование устойчивости к стрессу.

Ход занятия (40 мин):

1. **Вводная часть (5 мин):** Приветствие, упражнение «Три хорошие вещи» – каждый называет три приятных события за последнюю неделю.

2. **Основная часть (30 мин):**

- **Упражнение «Круг поддержки» (10 мин):** Дети рисуют круг, в центре пишут «Я», вокруг – людей и места, которые их поддерживают (семья, друзья, учителя, кружки, любимые места). Обсуждение: «Кто из этих людей самый близкий? Куда ты идешь, когда тебе грустно?»

- **Арт-упражнение «Дом моей души» (10 мин):** Дети рисуют дом, где каждая комната символизирует их ресурс: «комната спокойствия», «комната радости», «комната силы», «комната дружбы». Рассказывают о своем доме.

- **Релаксационная практика «Мое безопасное место» (5 мин):** Ведущий проводит короткую визуализацию: дети закрывают глаза, представляют место, где им спокойно и хорошо, запоминают ощущения. Это место становится их внутренней опорой.

- **Составление личной памятки «Мои способы помощи себе» (5 мин):** Каждый записывает на карточке 3–5 способов, которые помогают ему справиться с трудностями (из всего, что узнали на занятиях).

3. **Заключительная часть (5 мин):** Итоговая рефлексия по всей программе: «Что я узнал о себе? Что я буду использовать в жизни?», вручение сертификатов «Знаток своих талантов».

Материалы: листы, карандаши/краски, карточки для памяток, сертификаты, спокойная музыка для релаксации.

4. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ И ПЕДАГОГАМИ

Мероприятие	Цель	Сроки
Памятка для родителей «Как поддержать одаренного ребенка: советы психолога»	Повышение родительской компетентности в вопросах воспитания и поддержки одаренных детей.	Октябрь
Индивидуальные консультации для родителей (по запросу)	Помощь в конкретных ситуациях, связанных с воспитанием и развитием одаренного ребенка.	В течение года
Памятка для педагогов «Особенности работы с одаренными детьми в 4–5 классах»	Повышение психолого-педагогической грамотности учителей.	Ноябрь
Семинар-практикум для педагогов «Как организовать поддержку одаренного ребенка в классе»	Обучение педагогов приемам психологической поддержки одаренных учащихся.	Февраль

5. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

Что исследуем	Методика	Сроки
Выявление одаренных и высокомотивированных учащихся	Анализ успеваемости, портфолио, наблюдение, опросники для педагогов и родителей.	Сентябрь – октябрь (первичное), в течение года (уточнение)
Уровень самооценки	Методика Дембо-Рубинштейн (адаптированный вариант)	Вход (октябрь) и итог (апрель)
Уровень тревожности	Шкала тревожности (адаптированный опросник)	Вход (октябрь) и итог (апрель)
Социально-психологическая адаптация	Наблюдение, социометрия (по желанию)	В течение года
Эмоциональное состояние и динамика	Проективные методики (например, «Несуществующее животное»), рисунки, анализ продуктов деятельности	На каждом занятии (текущий контроль)

6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Критерий	Показатели
Самопознание	Не менее 80% участников могут назвать свои сильные стороны и таланты, осознают свою уникальность.
Самооценка	Позитивная динамика самооценки у не менее 60% участников (снижение доли заниженной или нестабильной самооценки).
Эмоциональная саморегуляция	Не менее 70% участников владеют минимум 2 техниками саморегуляции и могут применять их в стрессовой ситуации.
Коммуникативные навыки	Не менее 75% участников демонстрируют улучшение навыков общения со сверстниками (по данным наблюдения и обратной связи от педагогов).
Осведомленность о ресурсах	Каждый участник может назвать минимум 3 источника поддержки (внутренних и внешних) в трудной ситуации.
Удовлетворенность	Не менее 90% положительных отзывов от детей и родителей об участии в программе.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (НОО) и основного общего образования.
3. Конвенция о правах ребенка.
4. Положение о службе практической психологии в системе Министерства образования Российской Федерации.
5. Рабочая концепция одаренности / под ред. Д.Б. Богоявленской. – М.: Министерство образования РФ, 2003.
6. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе». – М.: Генезис, 2019.
7. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать?» – М.: Генезис.
8. Программа Языкановой Е.В. «Развивающие задания: тесты, игры, упражнения для обучающихся 4 классов».
9. Методические рекомендации по работе с одаренными детьми (письма Минпросвещения РФ).
10. Одаренный ребенок: особенности обучения и развития: сборник материалов / под ред. Н.Б. Шумаковой. – М.: ИНФРА-М, 2022.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Памятка для родителей «Как поддержать одаренного ребенка»

- Принимайте ребенка таким, какой он есть, не сравнивая с другими.
- Хвалите за усилия, а не только за результат.
- Помогайте справляться с неудачами – они часть пути.
- Давайте право на ошибку и на «обычное детство».
- Слушайте и слышите, что говорит ребенок.
- Будьте примером в отношении к себе и к миру.

Памятка для педагогов «Особенности работы с одаренными детьми»

- Создавайте ситуации успеха, но не перехваливайте.
- Давайте задания повышенной сложности, но с возможностью выбора.
- Учите работать в команде, договариваться.
- Будьте готовы к «неудобным» вопросам и нестандартным решениям.
- Поддерживайте инициативу и самостоятельность.
- Помните: одаренность – это не только привилегия, но и ответственность.