Структурное подразделение Центр по работе с одаренными детьми в области физической культуры и спорта муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» Сузунского муниципального округа Новосибирской области

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «ЦРФКС»
_____ А.В. Головкин

Перспективный план психолого-педагогического сопровождения обучающихся

структурного подразделения «Центр по работе с одаренными детьми в области физической культуры и спорта»
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» Сузунского муниципального округа Новосибирской области
на 2026–2027 учебный год

Составила:
педагог-психолог
Горбачева Ольга Григорьевна

р.п. Сузун, 2026 г.

Перспективный план на 2026–2027 учебный год

Цель: обеспечение комплексного психолого-педагогического сопровождения обучающихся в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, создание условий для их психологического благополучия, личностного развития, сохранения психологического здоровья и успешной спортивной деятельности.

Задачи

Образовательные:

- оказание психолого-педагогической помощи обучающимся при возникновении трудностей в обучении и учебно-тренировочном процессе;
- создание психологически комфортных условий для личностного развития обучающихся;
- психолого-педагогическое сопровождение обучающихся, проявляющих высокие способности и достижения в области физической культуры и спорта;
- формирование у обучающихся психологических знаний, умений и навыков, необходимых для эффективной саморегуляции и взаимодействия.

Воспитательные:

- содействие формированию гармонично развитой личности обучающегося;
- развитие нравственных и волевых качеств;
- поддержка положительной мотивации к обучению, тренировочной и соревновательной деятельности;
- повышение психолого-педагогической грамотности педагогических работников и родителей (законных представителей).

Развивающие:

- формирование адекватной самооценки и уверенности в собственных силах;
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие познавательных процессов: памяти, мышления, внимания и воображения;
- развитие навыков эмоциональной саморегуляции и конструктивного поведения в стрессовых и конфликтных ситуациях.

Задачи работы с родителями (законными представителями):

- формирование представлений о значимости позитивной и поддерживающей позиции родителей (законных представителей) по отношению к спортивной деятельности ребёнка;
- психологическое консультирование родителей (законных представителей) по индивидуальным вопросам, связанным с психологическим благополучием ребенка;

- оказание информационно-просветительской поддержки по вопросам возрастного и психологического развития детей и подростков.

Задачи работы с тренерами-преподавателями и педагогическими работниками:

- повышение эффективности взаимодействия с обучающимися;
- психолого-педагогическое консультирование по вопросам оптимизации учебно-тренировочного и соревновательного процессов;
- повышение уровня психолого-педагогических знаний, умений и навыков;
- содействие созданию благоприятного психологического климата в учебно-тренировочных группах.

Направления работы:

- психолого-педагогическое сопровождение при подготовке к соревнованиям и в период соревнований;
- психолого-педагогическое сопровождение обучающихся «группы риска»;
- психолого-педагогическое сопровождение родителей (законных представителей) обучающихся всех категорий;
- психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в период подготовки к ЕГЭ и ГИА;
- создание и обеспечение условий для сохранения здоровья и полноценного развития личности обучающихся.

Участники психолого-педагогического сопровождения: обучающиеся, тренеры-преподаватели, воспитатели, родители (законные представители).

Основные формы и методы работы:

- индивидуальное и групповое консультирование обучающихся, педагогических работников и родителей (законных представителей);
- коррекционно-развивающие занятия с обучающимися;
- индивидуальная и групповая психолого-педагогическая диагностика в соответствии с возрастом и задачами сопровождения;
- психолого-педагогические занятия и мероприятия для обучающихся, родителей (законных представителей) и педагогических работников, в том числе с элементами тренинга;
- психолого-педагогическое просвещение и профилактические мероприятия.

№ п/п	Направление деятельности	Целевая группа	Мероприятия	Сроки проведения
1	Организационно - методическая работа	Обучающиеся ЦОД Сузунского округа, педагогические работники	Планирование работы по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся. Подготовка диагностических и коррекционно-развивающих материалов. Подготовка и актуализация материалов для индивидуальной и групповой работы. Посещение методических мероприятий педагогов-психологов. Повышение профессиональной квалификации. Анализ результатов психолого-педагогического сопровождения.	В течение учебного года
2	Психолого-педагогическая диагностика	Обучающиеся ЦОД Сузунского округа	Изучение мотивации к учебной, тренировочной и спортивной деятельности. Изучение самооценки и уровня притязаний. Изучение эмоционального состояния и особенностей адаптации. Изучение уровня тревожности. Изучение особенностей межличностного взаимодействия и психологического климата в группе. Выявление факторов, затрудняющих адаптацию, обучение и спортивную деятельность. Изучение психологической готовности к профессиональному самоопределению. Выявление индивидуальных особенностей, значимых для психологического сопровождения. Методики: «Изучение мотивов учебной деятельности студентов» (А.А. Реан, В.А. Якунин); методика определения самооценки для обучающихся средних и старших классов; методика “Какой Я?” (определение уровня самооценки); оценка эмоционального климата (методика «Фейс-тест»); опросник МОДТ (Многомерная оценка детской тревожности); тест Шмишека «Акцентуации характера»; тест Г. Айзенка; анкета «Оценка психологического климата».	В течение учебного года
3	Коррекционно-развивающая работа	Обучающиеся ЦОД Сузунского округа	Формирование реалистичного представления о себе, своих возможностях и ресурсах. Развитие навыков эмоциональной саморегуляции. Развитие навыков анализа и оценки информации, конструктивного поведения в конфликтных ситуациях и противостояния негативному влиянию сверстников.	В течение учебного года

			Развитие способности распознавать и конструктивно выражать собственные эмоции и понимать эмоциональные состояния других людей. Развитие командного взаимодействия и сплоченности группы. Формирование навыков конструктивного реагирования на неудачи и стрессовые ситуации. При наличии признаков кризисного состояния — проведение необходимых мероприятий в пределах компетенции педагога-психолога и передача информации ответственным лицам в соответствии с установленным в учреждении порядком. Тренинги на повышение самооценки: «Аплодисменты по кругу»; «Круг силы». Работа с «зонами роста и сильными сторонами». Опросник детской депрессии» (CDI), М. Ковач. «Шкала депрессии Бека», подростковый вариант опросника. Тест Розенцвейга. Тренинги: «Как научиться не унывать», «Все познается в сравнении», «Пойми меня». Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента личности.	
4	Психолого-педагогическое сопровождение при подготовке к соревнованиям и в период соревнований	Обучающиеся ЦОД Сузунского округа	Изучение особенностей спортивной мотивации и мотивации достижения. Развитие навыков осознания сильных сторон и зон развития. Снижение избыточного напряжения и тревожности перед соревнованиями. Психологическая подготовка к соревновательным нагрузкам. Формирование навыков конструктивного преодоления страха травмы и волнения перед сильным соперником. Обучение доступным техникам саморегуляции: дыхательным упражнениям, мышечной релаксации и иным приемам, соответствующим возрасту обучающихся. Развитие навыков конструктивного управления эмоциями в тренировочном и соревновательном процессах. Оценка субъективной психологической готовности к соревнованиям. Сравнение эмоционального состояния до и после соревнований с целью определения потребностей в дальнейшем сопровождении. Методики: «Техники быстрого восстановления»: обучение методам дыхательной гимнастики, мышечной релаксации (по Джекобсону) и аутогенной тренировки; - «Анкета психической надежности»; - «Диагностика стресс-факторов спортивной	В течение года

			деятельности»; - «Определение особенностей предсоревновательного состояния»; «Мотивы занятия спортом» А.В. Шаболтас; Шкала мотивационного состояния В.Ф. Сопова; изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования – опросник Казанцевой Г. Н. – для раскрытия внутреннего потенциала спортсмена.	
5	Психолого-педагогическое просвещение	Обучающиеся ЦОД Сузунского округа, тренеры-преподаватели и педагогические работники, родители (законные представители)	Психолого-педагогическое просвещение по вопросам взаимодействия «тренер — спортсмен». Обсуждение влияния результатов соревнований на взаимоотношения тренера и спортсмена. Информирование о возрастных и психологических особенностях детей и подростков. Консультативная помощь при возникновении трудностей в обучении, тренировочной и соревновательной деятельности. Консультации для родителей по вопросам психологической поддержки ребенка при подготовке и участии в соревнованиях. Оформление и актуализация «Уголка психологической поддержки» в кабинете педагога-психолога. Просвещение по вопросам психологических особенностей одаренных детей и подростков.	В течение учебного года
6	Психолого-педагогическая профилактика	Обучающиеся ЦОД Сузунского округа, тренеры-преподаватели и педагогические работники, родители (законные представители)	Изучение особенностей психологического климата в учебно-тренировочных группах. Развитие навыков конструктивного взаимодействия и поддержания благоприятного психологического климата. Профилактика конфликтов и эмоционального перенапряжения. Профилактика рисков, связанных с небезопасным поведением несовершеннолетних в информационной среде. Профилактика дорожно-транспортного травматизма, в том числе при использовании велосипедного и мототранспорта. Консультирование по запросу. Оказание психолого-педагогической помощи родителям при возникновении трудных ситуаций. При выявлении признаков кризисного состояния — действия в соответствии с установленным в учреждении порядком реагирования.	В течение учебного года