

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Абакана «Средняя общеобразовательная школа №11»

ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности
(кружок «Тропинка к своему «Я»»)

для 5-9-х классов

Программа по внеурочной деятельности кружка «Тропинка к своему «Я»» является частью основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ № 11». Программа состоит из следующих разделов:

1. результаты освоения курса внеурочной деятельности;
2. содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
3. тематическое планирование

Результаты освоения курса

Результаты освоения программы внеурочного кружка структурированы по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают в себя предметные, метапредметные и личностные результаты. Особенность внеурочного кружка «Тропинка к своему «Я» заключается в том, что полученные знания о себе, своих личностных особенностях, а также работа со своим эмоциональным состоянием будут способствовать успешному усвоению школьной программы.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы	Обучающийся получит возможность для формирования
Внутренняя позиция школьника	
<ul style="list-style-type: none"> • ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; • целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики; • осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; • коммуникативные компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности. 	<p><i>внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтений социального способа оценки знаний</i></p>

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Познавательные универсальные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Умение работать с личностными методиками	
анализировать свое эмоциональное состояние	<i>С помощью диагностических методик выявлять свое эмоциональное состояние</i>
анализировать свои личностные особенности	<i>С помощью диагностических методик выявлять свои личностные особенности</i>
Умение работать в команде	
слушать и слышать собеседника	<i>Вести диалог и полилог</i>

учитывать мнение собеседника	
уметь вставить на сторону собеседника	
Умение доказать свою точку зрения	
строить рассуждения, доказывать свою точку зрения	<i>строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей</i>
Умение определять последовательность событий	
устанавливать последовательность событий	<i>устанавливать последовательность событий, выявлять недостающие элементы</i>
Умение понимать информацию, представленную в неявном виде	
понимать информацию, представленную в неявном виде	<i>Понимать скрытый подтекст высказывания</i>

- Регулятивные универсальные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
целеполаганию	<i>постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что еще неизвестно</i>
планированию	<i>определению последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;</i>
прогнозированию	<i>предвосхищению результата и уровня усвоения, его временных характеристик;</i>
контролю	<i>контролю в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона</i>
коррекции	<i>вносить необходимые дополнения и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта</i>
оценке	<i>выделению и осознанию того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения;</i>
волевой саморегуляции как способности к мобилизации сил и энергии;	<i>Развитию способности к волевому усилию - к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.</i>

- Коммуникативные универсальные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Умение объяснить свой выбор	
строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора	<i>строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора и отвечать на поставленные вопросы</i>
Умение задавать вопросы	
формулировать вопросы	<i>формулировать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</i>

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

5-е классы

1. Введение в мир психологии.

Приветствие, знакомство с группой. Знакомство с понятием «психология», для чего нужна психология человеку. Упражнение «Счастье», рисунок счастливого человека.

2. Образ «Я» или Я -концепция.

Знакомство с собой. Вводятся понятия «психические качества» и «Я -концепция». Упражнение «Узнавание», «Моё многогранное Я»

3. Я и окружающие.

Упражнение «Круг моих связей и отношений с окружающими», Упражнение «Я в различных жизненных ролях». Ситуация-проба «Разберитесь в людях»

4. Я – личность.

Знакомство с понятиями «личность», «человек», «образ Я». Игра «Зеркало», упражнение «Что такое хорошо и что такое плохо?»

5. Оценивание себя или самооценка.

Знакомство с понятием «самооценка», завышенная, заниженная и достоверная самооценка. Рекомендации «Как наблюдать за собой и как оценивать себя». Упражнение «Самооценка своих представлений о себе».

6. Сходство и различие наших «Я»

Упражнение «Что у нас общего?», «Выяснение сходства и различий», «Я – индивидуальный». Новые понятия: «индивид», «индивидуальность».

7. Как я воспринимаю окружающий мир.

Знакомство с понятиями «ощущение», «представление», «восприятие». Упражнение «Знаю ли я своего друга (подругу)?», «Иллюзии восприятия»

8. Я – это мои цели.

Упражнение «Если бы я был...»

Упражнение «Фильм о моей жизни»

Метод «Маршрут успеха».

9. Внимание.

Знакомство с понятием «внимание» и видами внимания. Упражнение «Проверка внимания соседа», «Что изменилось?», «Самооценка внимания» Упражнение-игра «Муха», упражнение-тест «Насколько Вы внимательны?»

10. Воображение и творческие способности.

Знакомство с понятием «воображение». Упражнение «Портрет инопланетянина», «Придумай предложения», «Я – воображающее, фантазирующее». Рекомендации «Развивайте воображение»

11. Эмоции и чувства.

Знакомство с понятиями «эмоции», «чувства», «Я -эмоциональное». Упражнение «Эмоции в мимике». Игра "Ассоциации". Рекомендации по управлению эмоциями и чувствами.

12. Настроение.

Знакомство с понятием «настроение». Упражнение «Что может повлиять на ваше настроение», «Опишите настроение», «Контроль за настроением».

13. Темперамент.

Знакомство с понятием «темперамент», типы темперамента. Тест на темперамент. Упражнение «Мой темперамент».

14. Общение. Разнообразные средства общения.

Знакомство с понятиями «общение». Виды общения, средства общения.

15. Конфликт. Технологии преодоления конфликтных ситуаций.

Обсуждение понятия "конфликт". Причины конфликтов. Упражнение "На мостике". Ролевое проигрывание ситуации "Дай мне книгу!" Беседа: Приёмы - техники выхода из проблемных ситуаций. Упражнение "Комплименты".

16. Я в мире профессий.

Что значит слово «профессия». Игра-разминка «Ассоциации».

Мини-лекция «Пять типов профессий», Игра «Подскажи словечко».

17. Итоговый урок.

6-е классы

Блок I. Я – Личность.

1. Введение.

Зачем человеку заниматься психологией? Что такое психология. Чем отличаются понятия человек-личность-индивид-индивидуальность.

2. Кто Я, какой Я?

Дать определение понятию «качества личности», «темперамент», «характер». Рассмотреть взаимосвязь самооценки человека и особенностей его поведения. Ответить на вопрос «Кто Я». Написать сочинение на тему: «Какой я и чем отличаюсь от остальных».

3. Я-могу

Научить умению понимать другого человека. Вербализовать свои умения и навыки. Работа со сказкой О. Горькова «Фламинго»

4. Я нужен

Определить список необходимых вещей в школе, дома, на улице, обсудить значимость вещей в жизни человека. Работа с рассказом Г. Аркадьева «Повесть о настоящем...цвете».

5. Я мечтаю

Поговорить о чем мечтают шестиклассники, о чем мечтают взрослые люди. Обсудить тему «Зачем люди мечтают». Работа со сказкой В. Чувакова «сказка о мечте».

6. Я-это мои цели

Научить пользоваться невербальной системой общения. Обсудить важность и значимость вербальных и невербальных сигналов. Работа со сказкой О. Колосова «Сказка о славном учмаге, учителе его магуче и бедном, но вылеченном аэроплане».

7. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее

Определить целей в настоящем и в будущем. Составить список ценностей разных возрастных групп с целью научиться понимать и учитывать интересы другого человека.

Блок II. Я и мой внутренний мир

1. Каждый видит мир и чувствует по – своему

Показать учащимся значимость мнения каждого. Научить слушать и слышать собеседника. Работа со сказкой О. Пасхина «Сказ про Вольняшку»

2. Я и мои «колючки»

Определить качеств, которые мешают общению. Определить качеств, которые способствуют общению. Работа со сказкой Е. Головановой «Шиповник».

3. Нужно ли человеку меняться?

Обсудить важность положительных и отрицательных качеств личности, составить их список. Составить список «Мои важные изменения». Работа со сказкой Г. Кононенко «Я иду к своей звезде»

4. Любой внутренний мир ценен и уникален

Обсудить тему уникальности каждого человека. Дать определение понятиям «Я – реальное» и «Я – идеальное». Предложить учащимся нарисовать свою планету, со своими законами и правилами.

5. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется

Рассказать о качествах, которые составляют внутреннюю силу и помогают справиться со сложной ситуацией. Научить давать определения качествам характера. Работа со сказкой «Сказка о волчишке Джоне»

Блок III. Я и общество

1. Учимся договариваться

Поговорить об умении доверять другим людям, о способах установления контакта с собеседником. Игра «Мои маски». Работа с притчами: «Дом масок» и «Глиндум Фря»

2. Уверенность и уважение других

Дать определение понятиям «уверенность» и «уважение». Поговорить о том, за что учащиеся уважают себя и бывает ли так, что человека не за что уважать. Составить портрет человека, который достоин уважения. Работа со сказкой «Превращение»

3. Трудные ситуации могут научить меня....

4. Поговорить о том, что в любом событии есть плюсы и минусы. Составить копилку трудных ситуаций шестиклассников. Работа со сказкой «Сказка о Дрюпе Дрюпкине».

5. Я и мои друзья

Поговорить и значимости друзей и о том, как мы выбираем друзей. Работа со сказкой А.Безотосова «Светлячок».

6. У меня есть друг

Научить понимать собеседника по невербальным сигналам. Работа со сказкой Н. Лумпова «Волшебная роща». Выполнить упражнения: «Загадай друга» и «Качества моего друга».

7. Подведение итогов. Повторение пройденного материала.

Рефлексия. Пожелания друг другу.

7-е классы

1. Чувства бывают разные

Дать определение понятию «чувство», рассказать о многообразии эмоций и чувств. Научить невербально демонстрировать различные эмоции. Работа со сказкой А. Вергазова «сказ о том, как Штирлицев свой страх победил».

2. Стыдно ли бояться

3. Дать определение понятию «страх», рассказать о разнообразии страхов. Поговорить о страхах семиклассников. Работа со сказкой А. Никитина «Сказка про Егора-мухомора, девочку Машу, серого волка, лосей и мимолетную бабушку».

4. Я повзрослел

Нарисовать символ своего Я. Поговорить о том, как проявляется взросление. Коллективно обсудить как меняются отношения со сверстниками и родителями в период взросления. Работа со сказкой Т. Шмидта «Лабиринт души».

5. У меня появилась агрессия!

Дать определение понятию «агрессия». Рассказать о процессах, которые происходят в организме во время агрессивного всплеска. Поговорит о плюсах и минусах проявления агрессии. Работа с сказкой «Сказка про Рона».

6. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?

Научить определять по мимике лица эмоции человека. Составить список агрессивных слов и выражений. Игра «Агрессивный...продавец». Работа со сказкой О. Горбушиной «Время».

7. Конструктивное реагирование на агрессию

Игра «свет мой зеркальце». Совместное обсуждение способов реагирования на агрессивного человека, составление списка этих способов с учетом ситуации. Работа с притчей «Живот с пристежками».

8. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми

Определить и составить список чем могут быть недовольны родители и подростки. Проиграть разные конфликтные ситуации с родителями и выработать более адекватные способы поведения в них. Работа со сказкой М. Кирсановой «Сказка про Крича».

9. Имею ли я право сердиться и обижаться?

Поговорить о ситуациях, которые могут вызывать обиду. Нарисовать обиду. Разыграть сценки «Рассерженная мама и сын» и «Рассерженный сын и мама». Обсудить способы взаимодействия в подобных ситуациях.

10. Зачем человеку нужна уверенность в себе

Составить портрет человека, который верит в себя. Обсудить ситуации, в которых проявляется неуверенность участников. Нарисовать свой символ веры в себя. Работа со сказкой «Про мальчика Неудоба».

11. Источники уверенности в себе

Составить копилку источников уверенности. Отметить наиболее значимые источники. Составить список позитивных утверждений на тему: «Мои ресурсы». Работа с рассказом, который необходимо самостоятельно продолжить.

12. Какого человека мы называем неуверенным в себе

Поговорить о причинах неуверенности и о том, как выглядит неуверенный в себе человек, о его жестах, мимике, поведении. Игра «маски неуверенности». Работа со сказкой К. Ступницкой «Маленькая волна»

13. Уверенность и самоуважение

Дать определение понятиям «уверенность» и «самоуважение». Составить список того, чем гордится каждый учащийся. Поговорить о том, кто заслуживает уважения и самоуважения. Игра «Волшебное зеркало». Работа со сказкой Н. Шиловой «На дне моря».

14. Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице

Дать определение понятию «Конфликт». Определить сигналы конфликта. Поговорить о стилях входа в конфликт. Сделать рисунок собственного стиля входа в конфликт. Обсудить как выглядит человек в конфликте. Поговорит о том, конфликт – это хорошо или плохо?

15. Конструктивное разрешение конфликтов.

Обсудить основные способы поведения в конфликтной ситуации: сотрудничество, избегание, компромисс, соперничество. Разобрать различные конфликтные ситуации и научиться определять способ поведения участников конфликта. Работа со сказкой «Сказка про цветной снег».

16. Ценности и жизненный путь человека.

Дать определение понятию «ценности» и «жизненный путь человека». Составить список собственных ценностей на данный момент и через 1 год. Обсудить как ценности влияют на жизненный путь человека. Работа со сказкой «Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный».

17. Что такое одиночество?

Дать определение понятию «одиночество». Обсудить какой человек одинокой, почему он стал одиноким. Подумать о том, кого я сделал одиноким. Работа со сказкой Д. Лаврова «Сказка о маленькой одинокой рыбке и об огромном синем море».

18. Подведение итогов. Повторение пройденного материала. (

Рефлексия. Пожелания друг другу.

8-е классы

1. Общаться – это так легко....

Понятие общения. Виды общения. Основные задачи коммуникации.

2. Информация вербальная и невербальная.

Дать определение вербальной, невербальной, паралингвистической информации. Отработать навыки ведения делового общения.

3. Уверенность, неуверенность

Характеристики уверенного и неуверенного поведения. Как превратить неуверенность в уверенность.

4. Умение сказать “нет”

Отработка навыка говорить «нет»

5. Барьеры общения

Основные барьеры общения и варианты их преодоления.

6. Каналы обработки информации

Зрительный, слуховой, тактильный и кинестетический каналы восприятия. Рассмотреть основные механизмы.

7. Стереотипы, позиции, стиль общения

Почему стереотипы влияют на восприятие людей, какие существуют виды общения.

8. Профессиональное самоопределение

Мир профессий. Классификация профессий Климова. Диагностика самоопределения.

9. Бесконфликтное общение с “трудными людьми”

Как общения сделать бесконфликтным. Типы «трудных людей»

10. Доверие в общении

Важность доверия и доброжелательности при общении.

11. Дружба, дружеские отношения

Дружбы бывает разная. Юношеская дружба. Гендерная дружба.

12. Подведение итогов. Повторение пройденного материала.

Рефлексия. Пожелания друг другу.

9-е классы

1. Как лучше подготовиться к экзаменам.

Упражнение «Назови меня», тест «Моральная устойчивость», мини-лекция «Как готовиться к экзаменам»

2. Кинезиологические упражнения для стимуляции познавательных способностей.

Понятия «Кинезиологические упражнения», Упражнение «Повтори за мной», Упражнение «Найди свою звезду», Упражнение «Итоги дня»

3. Поведение на экзамене.

Упражнение «Приветственное письмо», Упражнение «Молодец!», Упражнение «Чего я хочу достичь», Тест «Умеете ли вы контролировать себя?»

4. Как повысить стрессоустойчивость.

Упражнение «Эксперимент», Мини-лекция «Как вести себя во время экзаменов», Упражнение «Я хвалю себя за то, что...», Упражнение «Волшебный лес чудес»

5. Способы снятия нервно-психического напряжения.

Упражнение «Привет и комплимент в подарок», Упражнение «Дорисуй и передай», Упражнение «Список черт», Тест «Мое самочувствие»

6. Прощай, напряжение.

«Способы снятия нервно-психического напряжения», Упражнение «Прощай, напряжение!», Упражнение «Ааааа и Иииии», Игра «Стряхни»

7. Как бороться со стрессом.

Упражнение «Групповое приветствие», Упражнение «Откровенно говоря», Анкета «Подготовка к экзаменам.

Как противостоять стрессу», «Стресс-тест», Упражнение «Друг к дружке»

8. Эмоции и поведение.

Мини-лекция «Как справиться со стрессом», Упражнение «Дождь в джунглях», Упражнение «Сердце нашей группы», Упражнение «Что тебе пожелать, человек мой дорогой?», Упражнение «Повтори за мной», Упражнение «Мои лица», Упражнение «Миллион алых роз», Тест эмоций, Упражнение «Мои эмоции»

9. Как управлять своими эмоциями.

Мини-лекция «Как управлять своими эмоциями», Упражнение «Испорченный телефон», Упражнение «Кто похвалит себя лучше всех, или Памятка на «черный день», Упражнение «Декларация моей самооценности».

10. Подведение итогов.

Рефлексия. Пожелания друг другу.

Тематическое планирование

В предметах гуманитарного цикла ведущую роль играет познавательная деятельность и соответствующие ей познавательные учебные действия. Основные виды учебной деятельности ученика на уровне учебных действий включают умения характеризовать, объяснять, классифицировать, овладевать методами научного познания и т. д.

В приведенном ниже тематическом плане представлено содержание тем внеурочного кружка «Тропинка к своему «Я» и характеристика деятельности учащегося в рамках данной темы. Вся деятельность условно делится на познавательную и практическую. Материал кружка позволяет сформировать основные представления о личности в целом, об этапах проведения психологических исследований, об анализе и интерпретации сказок, притчей, рассказов, а также способствует развитию личностных характеристик, которые помогут успешно овладевать учебным материалом.

5-е классы

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Характеристика основных видов деятельности учащихся</i>
1.	Введение в мир психологии. Зачем человеку нужна психология.	1	<i>Познавательная деятельность:</i> <ul style="list-style-type: none"> • анализировать особенности своей личности; • уметь смотреть на себя со стороны другого человека;
2.	Образ «Я» или Я - концепция	2	<ul style="list-style-type: none"> • объективно оценивать свои желания и возможности; • уметь планировать
3.	Я и окружающие	2	<i>Практическая деятельность:</i> соблюдать правила работы в группе; активно участвовать коллективном обсуждении:
4.	Я - личность	2	активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека; уметь обрабатывать психологическую методику;
5.	Оценивание себя или самооценка	2	осуществлять качественную интерпретацию результатов исследования собственной личности;
6.	Сходство и различие наших «Я»	3	<i>Регулятивная деятельность:</i> принимать и сохранять учебные цели и задачи;
7.	«Как я воспринимаю окружающий мир»	2	планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения

8.	Я- это мои цели	3	действия
9.	Внимание	2	<p><i>Познавательная деятельность:</i> анализировать особенности своей личности уметь смотреть на себя со стороны другого человека</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> соблюдать правила работы в группе; активно участвовать в коллективном обсуждении активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека; уметь обрабатывать психологическую методику;</p> <p><i>Регулятивная деятельность:</i> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения действия</p>
10.	Воображение и творческие способности	3	
11.	Эмоции и чувства	2	
12.	Настроение	2	
13.	Темперамент	1	
14.	Общение. Разнообразные средства общения	2	<p><i>Познавательная деятельность:</i> понимать чувства других людей и почему они возникают. знать способы взаимодействия в проблемных ситуациях уметь определять ценности собственные и других людей</p>
15.	Конфликт. Технологии преодоления конфликтных ситуаций.	2	<p>знать о разнообразии профессий</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> работа с психодиагностическими методиками</p> <p><i>Регулятивная деятельность:</i> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения действия</p>
16.	Я в мире профессий	2	<p>оценивать правильность выполнения действия</p>
17.	Итоговое занятие	1	
	Всего часов:	34	

6-е классы

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
	Блок I. Я - Личность	6	<p><i>Познавательная деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • анализировать особенности своей личности; • уметь смотреть на себя со стороны другого человека; • объективно оценивать свои желания и возможности; • уметь планировать <p><i>Практическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать правила работы в группе; • активно участвовать коллективном обсуждении: <p>активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека; уметь обрабатывать психологическую методику;</p>
1.	Введение	1	<p>осуществлять качественную интерпретацию результатов исследования собственной личности;</p> <p><i>Регулятивная деятельность:</i></p> <p>принимать и сохранять учебные цели и задачи;</p> <p>планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p>оценивать правильность выполнения действия</p>
2.	Кто Я, какой Я?	1	
3.	Я могу	1	
4.	Я нужен	1	
5.	Я мечтаю	0,5	
6.	Я – это мои цели	1	
7.	Я – это мое настоящее, Я это мое будущее	0,5	
	Блок II. Я и мой внутренний мир	5	<p><i>Познавательная деятельность:</i></p> <p>анализировать особенности своей личности</p> <p>уметь смотреть на себя со стороны другого человека</p> <p><i>Практическая деятельность:</i></p> <p>соблюдать правила работы в группе;</p> <p>активно участвовать в коллективном обсуждении</p> <p>активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека; уметь обрабатывать психологическую методику;</p> <p><i>Регулятивная деятельность:</i></p> <p>принимать и сохранять учебные цели и задачи;</p> <p>планировать и выполнять свои</p>
8.	Каждый видит и чувствует мир по-своему	1	
9.	Я и мои «колючки»	1	
10.	Нужно ли человеку меняться	1	
11.	Любой внутренний мир ценен и уникален	1	
12.	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно находится	1	

			действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения действия
		6	
13.	Учимся договариваться	1	<i>Познавательная деятельность:</i> понимать чувства других людей и почему они возникают. знать способы поведения в трудных жизненных ситуациях <i>Практическая деятельность:</i> знать определение понятий уверенность и уважение, самоуверенность и самоуважение понимать как мы выбираем друзей. <i>Регулятивная деятельность:</i> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения действия
14.	Уверенность и уважение	1	
15.	Трудные ситуации могут научить меня...	1	
16.	Я и мои друзья	1	
17.	У меня есть друг	1	
18.	Повторение пройденного материала. Подведение итогов.	1	
	Всего часов:	17	

7-е классы

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности учащихся
	Эмоции и чувства	34	
1.	Чувства бывают разные	2	<i>Познавательная деятельность:</i> <ul style="list-style-type: none"> • понимать чувства других людей и почему они возникают. • знать способы взаимодействия в проблемных ситуациях • уметь определять ценности собственные и других людей • понимать причины одиночества <i>Практическая деятельность:</i> <ul style="list-style-type: none"> • работа с психодиагностическими методиками <i>Регулятивная деятельность:</i> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать и выполнять свои действия в соответствии с
2.	Стыдно ли бояться	2	
3.	Я повзрослел	2	
4.	У меня появилась агрессия	2	
5.	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	2	
6.	Конструктивное реагирование на агрессию	2	
7.	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	2	
8.	Имею ли я право сердиться и обижаться?	2	
9.	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	2	
10.	Источники уверенности в себе	2	
11.	Какого человека мы называем	2	

	неуверенным в себе		поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения действия
12.	Уважение и самоуважение	2	
13.	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	3	
14.	Конструктивное разрешение конфликтов	2	
15.	Ценности и жизненный путь человека	2	
16.	Что такое одиночество?	1	
17.	Повторение пройденного материала. Подведение итогов.	2	
	Всего часов:	34	

<i>8-е классы</i>			
<i>№</i>	<i>Наименование темы</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Характеристика основных видов деятельности учащихся</i>
1	Общаться – это так легко...	1	<p><i>Познавательная деятельность:</i> понимать чувства других людей и почему они возникают. знать способы взаимодействия в проблемных ситуациях уметь определять ценности собственные и других людей понимать причины одиночества</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> работа с психодиагностическими методиками</p> <p><i>Регулятивная деятельность:</i> принимать и сохранять учебные цели и задачи; планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации оценивать правильность выполнения действия</p>
2	Информация вербальная и невербальная.	5	
3	Уверенность, неуверенность	3	
4	Умение сказать “нет”	1	
5	Барьеры общения	1	
6	Каналы обработки информации	2	
7	Стереотипы, позиции, стиль общения	4	
8	Профессиональное самоопределение	9	
9	Бесконфликтное общение с “трудными людьми”	3	
10	Доверие в общении	2	
11	Дружба, дружеские отношения	2	

12	Подведение итогов	1	
	Всего:	34	

<i>9 классы</i>			
<i>№</i>	<i>Наименование темы</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Характеристика основных видов деятельности учащихся</i>
1	Как лучше подготовиться к экзаменам	1	<p><i>Познавательная деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • знать систему проведения ГИА. • знать способы взаимодействия в проблемных ситуациях • уметь управлять своим телом и эмоциональным фоном <p><i>Практическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с психодиагностическими методиками • Выполнение кинезиологических упражнений <p><i>Регулятивная деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <p>оценивать правильность выполнения действия</p>
2	Кинезиологические упражнения для стимуляции познавательных способностей	2	
3	Поведение на экзамене	1	
4	Как повысить стрессоустойчивость	2	
5	Способы снятия нервно-психического напряжения	2	
6	Прощай, напряжение	2	
7	Как бороться со стрессом	2	
8	Эмоции и поведение	2	
9	Как управлять своими эмоциями	2	
10	Подведение итогов	1	
	Всего:	17	