

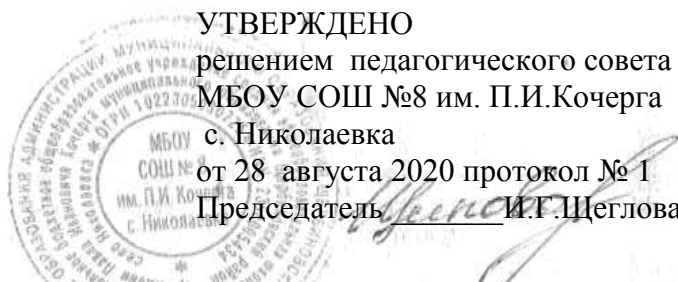
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ЩЕРБИНОВСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8 ИМЕНИ ПАВЛА ИВАНОВИЧА
КОЧЕРГА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЩЕРБИНОВСКИЙ РАЙОН СЕЛО
НИКОЛАЕВКА

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
МБОУ СОШ №8 им. П.И.Кочерга
с. Николаевка

от 28 августа 2020 протокол № 1

Председатель И.Г.Щеглова



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
кружка**

«Познай себя сам»

Уровень образования (класс) основное общее образование 5-9 класс

Количество часов: 170

Учитель: Шаповалова Ольга Викторовна

Программа разработана в соответствии и на основе: ФГОС основного общего образования, на основе пособия О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я» 5-6 и 7-9 класс 2018 год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

- **Коммуникативные**

- учащиеся получают возможность научиться**

- обеспечивают социальную компетентность и сознательную ориентацию учащихся на позиции других людей (прежде всего, партнера по общению или деятельности), умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

- **Личностные**

- учащиеся получают возможность научиться**

- обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, знание моральных норм и умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях. Применительно к учебной деятельности следует выделить два вида действий:
 - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели
 - налаживать контакт с людьми;
 - соблюдать правила игры и дисциплину;
 - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
 - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

1) действие смыслообразования;

2) действие нравственно-этического оценивания усваиваемого содержания.

- **Метапредметные**

- учащиеся получают возможность научиться**

- обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности.

К ним относятся:

- целеполагание;

- планирование;

- прогнозирование;

- контроль в форме сличения способа действия и его результата;
- коррекция;
- оценка;
- волевая саморегуляция.
 - - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
 - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей
 - - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
 - - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
 - - формулировать собственное мнение и позицию;
 - - находить свое место в школьной жизни;
- **Познавательные**
учащиеся получают возможность научиться
- включают общеучебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем.
- работать в группе, в коллективе.
- получать удовольствие от процесса познания
- преодолевать возникающие в школе трудности
- психологически справляться с неудачами;
- осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;
- взаимодействовать с учителем и сверстниками;
- адекватно анализировать собственные проблемы;

2.Содержание курса внеурочной деятельности

• Вспомним чувства.5класс

Мы рады встрече, Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства. Мы испытываем разные чувства (продолжение).

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели
- налаживать контакт с людьми;
- соблюдать правила игры и дисциплину;

- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).

- **Чем люди отличаются друг от друга**

Люди отличаются друг от друга своими качествами. Хорошие качества людей. Самое важное хорошее качество. Кто такой сердитый человек.

Кто такой доброжелательный

человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком. Я желаю добра ребятам в классе.

Очищаем свое сердце. Какие качества нам нравятся друг в друге.

Какими качествами мы похожи и чем отличаемся. Люди отличаются друг от друга своими качествами.

В каждом человеке есть светлые и темные качества

- **Какой Я – Какой Ты?**

Какой я?. Какой Ты?. Какой я - большой или маленький? .Мои способности.

Мой выбор, мой путь. Мой внутренний мир. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Кого я могу впустить в свой внутренний мир? Что значит верить?.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- адекватно анализировать собственные проблемы;
- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия;
- подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и
- систематизировать полученные умения и навыки.

- **Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?**

Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?

Мое будущее. Хочу вырасти здоровым человеком!

Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?

Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком.

Что такое идеальное Я?

Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?

Кто такой свободный человек? Что такое «право на уважение»? Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как разрешать конфликты мирным путем?

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- психологически справляться с неудачами;
- осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное
- состояние;

- **Введение в мир психологии. 6класс**

Я - это мои цели. Знаю ли я себя? Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Образ своего «Я». Посмотримся в зеркало. Я могу. Я нужен. Я мечтаю.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других
- **Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.**
Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе. Какого человека мы называем неуверенным в себе? Я становлюсь увереннее. Уверенность и самоуважение. Уверенность и уважение к другим. Уверенность в себе и милосердие. Уверенность в себе и непокорность. Определение самооценки.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Повышение самооценки, осознание своей нужности другим людям.
- Умение видеть и понимать цели и мечты.
- Помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека
- **Конфликты и их роль в усилении Я.**
Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице (Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта). Конструктивное разрешение конфликтов. Конфликт как возможность развития. Готовность к разрешению конфликта. Учимся договариваться

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- Способствовать адекватному самовыражению
- Побудить учащихся задуматься о собственных ценностях
- Осознать свои цели.
- Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа
- **Ценности и их роль в жизни человека.**
Что такое ценности? Ценности и жизненный путь человека. Мои ценности.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Повышать уверенность в себе.
- Повышать самооценку учащихся.
- Формирование у школьников представлений о типах проблемных ситуаций и типах подходов к их решению.

- **Мой внутренний мир.**

Мир эмоций. Чувства бывают разные. Темперамент. Какой бывает характер? Воля. Самостоятельность. Как мы воспринимаем окружающий мир? Внимание и внимательность. Мышление и творчество. Мои интересы.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Формирование навыков распознавания типов проблемных ситуаций и адекватного их решения.
- Формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

- **Я – Личность 7класс**

Кто Я, какой Я? Я могу. Я нужен. Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое настоящее. Я - это мое будущее.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- анализировать особенности своей личности;
- уметь смотреть на себя со стороны другого человека;
- объективно оценивать свои желания и возможности;
- уметь планировать
- **Я и мой внутренний мир**

Каждый видит и чувствует мир по-своему. Я и мои «колючки». Нужно ли человеку меняться. Любой внутренний мир ценен и уникален. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно находится. Мои чувства Мои переживания. Мы похожи сами на себя. Как поднять самооценку.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- соблюдать правила работы в группе;
- активно участвовать в коллективном обсуждении;
- активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека;

- **Я и общество**

Учимся договариваться. Уверенность и уважение. Трудные ситуации могут научить меня... Я и мои друзья. У меня есть друг. Я и группа сверстников

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- анализировать особенности своей личности.
- уметь смотреть на себя со стороны другого человека

- **Эмоции и чувства**

Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться. Я повзрослел
Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? Конструктивное реагирование на агрессию. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. Имею ли я право сердиться и обижаться?

Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе

Какого человека мы называем неуверенным в себе. Уважение и самоуважение

Конструктивное разрешение конфликтов.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- соблюдать правила работы в группе;
- активно участвовать в коллективном обсуждении;
- активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека;

«Эмоциональная сфера человека» 8 класс

Почему нам нужно изучать чувства? Основные законы психологии эмоций.

Запреты на чувства. Эффект обратного действия. Психогигиена

эмоциональной жизни. Кто такой свободный человек? Зачем человеку нужны эмоции?

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Изучение основных законов психологии эмоций.
- Снятие барьеров на проявление чувств и эмоций.
- Помочь ребятам обрести уверенность в себе;

«Социальное восприятие: как узнать другого человека»

Как мы получаем информацию о человеке? Учимся понимать жесты и позы.

Жесты. Невербальные признаки обмана. Понимание причин поведения людей.

Впечатление, которое мы производим. Кто такой свободный человек?

Зачем человеку нужна уверенность в себе.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Дать понимание того, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах и долгой жизни;
- Выявить у каждого обучающегося внутренние ресурсы для повышения уверенности в себе;
- Рассмотреть причины неуверенного поведения;

Межличностная привлекательность

Источники уверенности в себе. Привлекательность человека. Взаимность и обоюдная привлекательность. Дружба. Четыре модели общения. Взаимная симпатия. Мои друзья дома и в классе. Общение, основа привлекательности в современном обществе.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Дать понять, что поражение-прекрасная возможность научиться чему то новому.
- Дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего;

- **Я-это мое настоящее. Я-это мое будущее.**

Я сейчас, я в будущем. Роль взрослых и роль детей. Как заглянуть во взрослый мир? Хочу вырасти здоровым человеком! Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность»? Понятие «Самооценка», «Самокритика».

Трудности в отношении с друзьями. Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого. Я умею договариваться с людьми. Что такое идеальное Я? Кто такой свободный человек? Я становлюсь увереннее. Уверенность и самоуважение.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем;
- Ввести понятие «Жизненный выбор»
- Помочь ребенку определить имеющиеся способности;
- Помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость;
- Способствовать проявлению новых способностей.

9 класс «Мир начинается с меня»:

- **Вводно-мотивационная тема**

Знакомая незнакомка (о науке психологии, о деятельности психолога).

Я-автор событий в своей жизни.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- *Нормы и правила, существующие в мире;*
- *Основные понятия социальной психологии;*
- *Основные понятия конфликтологии.*

- **Общение – это...**

Общение- это...Учимся слушать. Техники активного слушания.

Ораторами не рождаются. Язык жестов. Детектор лжи. Манипуляция.\

планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Важность эмоциональной сферы в жизни человека, соблюдение психогигиены эмоциональной жизни
- Важность положительного самоотношения, самопринятия, самопрограммирования
- Основные состояния человека и их поведенческие проявления
- Правила эффективного общения с окружающими
- Свои индивидуальные особенности (характер, темперамент, мотивы, интересы)
- Важность профессионального и жизненного самоопределения
- **Характер**

Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- Осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- Понимать чувства других людей
- **Поведение**

Что такое поведение.

- **Самооценка**

Самооценка. Роль самооценки в жизни человека. Поверь в себя.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении
- **Технология успеха**

Выявление лидерских качеств. Достижение успеха. От самоопределения к самореализации. Судно, на котором я плыву. Как правильно писать резюме. Психология менеджмента. Менеджер своей жизни. Школа самопрезентации. Самопрезентация. Азбука делового человека. Редакция примет на работу. Принятие решений.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки
- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков
- **Мир начинается с тебя**

Мир начинается с тебя. Карта внутренней страны. На острове Радости и Успеха. Сказочными тропами счастья. Заключительное занятие.

Планируемые результаты изучения по теме.

Обучающийся получит возможность:

- Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы, обсуждение: основных моментов занятия, применения новых знаний.
- Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме с элементами тренинга. Приветствие и прощание носят ритуальный характер. Во время занятий дети сидят в кругу (желательно). Форма круга создаёт ощущение целостности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

2. Тематическое планирование

5-й класс

№	Содержание раздела	Тема занятия	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
1.	Вспомним чувства	1. Мы рады встрече	1	<p>Помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.</p> <p>Повышение самооценки, осознание своей нужности другим людям.</p> <p>Умение видеть и понимать цели и мечты.</p> <p>Помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека.</p>
		2. Понимаем чувства другого	1	
		3. Мы испытываем разные чувства.	1	
		4. Мы испытываем разные чувства (продолжение)	1	
2.	Чем люди отличаются друг от друга	5. Люди отличаются друг от друга своими качествами	1	<p>Помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации</p> <p>Способствовать адекватному самовыражению</p> <p>Побудить учащихся задуматься о собственных ценностях</p> <p>Осознать свои цели.</p> <p>Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки</p>
		6. Хорошие качества людей	1	
		7. Самое важное хорошее качество	1	
		8. Кто такой сердитый	1	

		человек		самоанализа.
		9. Кто такой доброжелательный человек	1	Повышать уверенность в себе. Повышать самооценку учащихся.
		10. Трудно ли быть доброжелательным человеком.	1	Формирование у школьников представлений о типах проблемных ситуаций и типах подходов к их решению. Формирование навыков распознавания типов проблемных ситуаций и адекватного их решения.
		11. Я желаю добра ребятам в классе.	1	
		12. Очищаем свое сердце.	1	
		13. Какие качества нам нравятся друг в друге.	1	
		14. Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	1	
		15. Люди отличаются друг от друга своими качествами.	1	
		16. В каждом человеке есть светлые и темные качества	1	
3.	Какой Я – Какой Ты?	17. Какой я?	1	психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; взаимодействовать с учителем и сверстниками;
		18. Какой Ты?	1	
		19. Какой я - большой или маленький?	1	
		20. Мои способности	1	

		21.Мой выбор, мой путь.	1	<p>адекватно анализировать собственные проблемы; быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.</p>
		22.Мой внутренний мир.	1	
		23.Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1	
		24.Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	
		25.Что значит верить?	1	
4.	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	26.Мое будущее.	1	
		27.Хочу вырасти здоровым человеком!	1	
5.	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	28.Кто такой интеллигентный человек?	1	
		29.Хочу вырасти интеллигентным человеком.	1	
		30.Что такое идеальное Я?	1	
6	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?	31.Кто такой свободный человек?	1	

		32.Что такое «право на уважение»?	1	
		33.Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	1	
		34.Как разрешать конфликты мирным путем?	1	
ИТОГО			34	

6-й класс

№	Содержание раздела	Тема занятия	Всего часов	Характеристика деятельности обучающихся
---	--------------------	--------------	-------------	---

6-й класс

1.	Введение в мир психологии.	1.Я - это мои цели.	1	Помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Повышение самооценки, осознание своей нужности другим людям. Умение видеть и понимать цели и мечты. Помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера
		2.Знаю ли я себя?	1	
		3.Я – это мое настоящее.	1	
		4.Я – это мое будущее.	1	
		5.Образ своего «Я».	1	
		6.Посмотримся в зеркало.		
		7.Я могу. Я нужен. Я		

		мечтаю.		в себя необходима для развития человека.
2.	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.	8.Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	Помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации Способствовать адекватному самовыражению
		9.Источники уверенности в себе	1	Побудить учащихся задуматься о собственных ценностях Осознать свои цели.
		10.Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
		11.Я становлюсь увереннее	1	Повышать уверенность в себе.
		12.Уверенность и самоуважение	1	Повышать самооценку учащихся.
		13.Уверенность и уважение к другим	1	
		14.Уверенность в себе и милосердие	1	Формирование у школьников представлений о типах проблемных ситуаций и типах подходов к их решению.
		15.Уверенность в себе и непокорность	1	
		16.Определение самооценки	1	Формирование навыков распознавания типов проблемных ситуаций и адекватного их решения.
3.	Конфликты и их роль в усилении Я	17.Что такое конфликт?	1	

		18.Конфликты в школе, дома, на улице (Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта)	1	Формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.
		19.Конструктивное разрешение конфликтов	1	
		20.Конфликт как возможность развития	1	
		21.Готовность к разрешению конфликта	1	
		22.Учимся договариваться	1	
4.	Ценности и их роль в жизни человека	23.Что такое ценности?	1	
		24.Ценности и жизненный путь человека	1	
		25.Мои ценности		
5.	Мой внутренний мир	26.Мир эмоций.	1	
		27.Чувства бывают разные.	1	
		28.Темперамент.	1	

		29.Какой бывает характер?	1	
		30.Воля. Самостоятельность.	1	
		31.Как мы воспринимаем окружающий мир?		
		32.Внимание и внимательность		
		33.Мышление и творчество.	1	
		34.Мои интересы.		
ИТОГО			34	

7-й класс

№	Содержание раздела	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся
7-й класс				
1.	Я - Личность	1. Кто Я, какой Я?	1	Познавательная деятельность: -анализировать особенности своей личности; -уметь смотреть на себя со стороны другого человека; -объективно оценивать свои желания и
		2. Я могу	1	
		3. Я нужен	1	
		4. Я мечтаю	1	
		5. Я – это мои цели	1	

		6. Я – это мое настоящее	1	<p>возможности; -уметь планировать</p> <p>Практическая деятельность: -соблюдать правила работы в группе; -активно участвовать в коллективном обсуждении: -активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека; -уметь обрабатывать психологическую методику; -осуществлять качественную интерпретацию результатов исследования собственной личности;</p> <p>Регулятивная деятельность: -принимать и сохранять учебные цели и задачи; -планировать и выполнять свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p>оценивать правильность выполнения действия</p> <p>Познавательная деятельность: -анализировать особенности своей личности -уметь смотреть на себя со стороны другого человека</p> <p>Практическая деятельность: -соблюдать правила работы в группе; -активно участвовать в коллективном</p>
		7. Я - это мое будущее	1	
2.	Я и мой внутренний мир	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	
		13. Мои чувства	1	
		14. Мои переживания	1	
		15. Мы похожи сами на себя.	1	
		16. Как поднять самооценку.	1	
3.	Я и общество	17. Учимся договариваться	1	

		18. Уверенность и уважение	1	<p>обсуждении</p> <p>-активно высказывать свою точку зрения, не задевая интересы другого человека;</p> <p>-уметь обрабатывать психологическую методику;</p>
		19. Трудные ситуации могут научить меня...	1	
		20. Я и мои друзья	1	
		21. У меня есть друг	1	
		22. Я и группа сверстников.	1	
4.	Я и общество	23. Чувства бывают разные	1	
		24. Стыдно ли бояться	1	
		25. Я повзрослел	1	
		26. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	1	
		27. Конструктивное реагирование на агрессию	1	
		28. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	1	
		29. Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	

		30. Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	
		31. Источники уверенности в себе	1	
		32. Какого человека мы называем неуверенным в себе	1	
		33. Уважение и самоуважение	1	
		34. Конструктивное разрешение конфликтов		
ИТОГО			34	

8-й класс

№	Содержание раздела	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся
8-й класс				
1.	«Эмоциональная сфера человека»	1. Почему нам нужно изучать чувства?	1	Изучение основных законов психологии эмоций.
		2. Основные законы психологии эмоций	1	Снятие барьеров на проявление чувств и эмоций.

		3. Запреты на чувства	1	<p>Помочь ребятам обрести уверенность в себе;</p> <p>Дать понимание того, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах и долгой жизни;</p> <p>Выявить у каждого обучающегося внутренние ресурсы для повышения уверенности в себе;</p> <p>Рассмотреть причины неуверенного поведения;</p> <p>Дать понять, что поражение-прекрасная возможность научиться чему то новому.</p> <p>Дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего;</p> <p>Помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем;</p> <p>Ввести понятие «Жизненный выбор».</p> <p>Помочь ребенку определить имеющиеся способности;</p> <p>Помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость;</p>
		4. Эффект обратного действия	1	
		5. Психогигиена эмоциональной жизни	1	
		6. Кто такой свободный человек?	1	
		7. Зачем человеку нужны эмоции?		
2.	«Социальное восприятие: как узнать другого человека»	8. Как мы получаем информацию о человеке?	1	
		9. Учимся понимать жесты и позы	1	
		10. Жесты	1	
		11. Невербальные признаки обмана	1	
		12. Понимание причин поведение людей	1	
		13. Впечатление, которое мы производим.	1	
		14. Кто такой свободный человек?	1	
		15. Зачем человеку нужна уверенность в себе.	1	

		16. Источники уверенности в себе.	1	Способствовать проявлению новых способностей.
3.	Межличностная привлекательность	17.Привлекательность человека	1	
		18. Взаимность и обоюдная привлекательность	1	
		19. Дружба. Четыре модели общения	1	
		20.Взаимная симпатия.	1	
		21. Мои друзья дома и в классе.	1	
		22. Общение, основа привлекательности в современном обществе.	1	
4.	Я-это мое настоящее. Я-это мое будущее.	23. Я сейчас, я в будущем.	1	
		24. Роль взрослых и роль детей.	1	
		25. Как заглянуть во взрослый мир?	1	
		26. Хочу вырасти здоровым человеком! Что для этого нужно?	1	
		27. Что такое	1	

		«эмоциональная грамотность»?		
		28. Понятие «Самооценка», «Самокритика».	1	
		29. Трудности в отношении с друзьями.	1	
		30. Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого	1	
		31. Я умею договариваться с людьми.	1	
		32. Что такое идеальное Я?	1	
		33. Кто такой свободный человек?	1	
		34. Я становлюсь увереннее. Уверенность и самоуважение.	1	
ИТОГО			34	

9 класс

№	Содержание раздела	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности обучающихся
---	--------------------	--------------	------------------	---

1	Вводно-мотивационная тема	Знакомая незнакомка (о науке психологии, о деятельности психолога). Я-автор событий в своей жизни.	2	нормы и правила, существующие в мире; основные понятия социальной психологии; основные понятия конфликтологии.
2	Общение – это...	Общение- это... Учимся слушать. Техники активного слушания. Ораторами не рождаются. Язык жестов. Детектор лжи. Манипуляция.	7	важность эмоциональной сферы в жизни человека, соблюдение психогигиены эмоциональной жизни важность положительного самоотношения, самопринятия, самопрограммирования
3	Характер	Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты.	1	основные состояния человека и их поведенческие проявления
4	Поведение	Что такое поведение	1	правила эффективного общения с окружающими
5	Самооценка	Самооценка. Роль самооценки в жизни человека. Поверь в себя.	2	свои индивидуальные особенности (характер, темперамент, мотивы, интересы)
6	Эмоции и чувства	Мир эмоций.	2	

		В поисках мирного выражения чувств.		важность профессионального и жизненного самоопределения
7	Технология успеха	Выявление лидерских качеств. Достижение успеха. От самоопределения к самореализации. Судно, на котором я плыву. Как правильно писать резюме. Психология менеджмента. Менеджер своей жизни. Школа самопрезентации. Самопрезентация. Азбука делового человека. Редакция примет на работу. Принятие решений.	12	
8	На пороге взрослой жизни	Прошлое-настоящее-будущее. На пороге взрослой жизни.	2	
9	Мир начинается с тебя	Мир начинается с тебя. Карта внутренней страны. На острове Радости и Успеха. Сказочными тропами счастья. Заключительное занятие.	5	
Всего за			34	
9 класс				