

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГИМНАЗИЯ № ИМЕНИ Н.И. ФЕРАПОНТОВА ГОРОДА НОВОКУЙБЫШЕВСКА  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
(ГБОУ гимназия № 1 г. Новокуйбышевска)

«РАССМОТРЕНО»  
на заседании МО учителей  
начальных классов  
Протокол № 1  
от « 1 » 09 2018г  
Руководитель лаборатории  
В.В. Барина В.В. Барина

«СОГЛАСОВАНО»  
заместителем директора  
по ВР  
« 1 » 09 2018г.  
Н.А. Чеснокова Н.А. Чеснокова

«УТВЕРЖДЕНО»  
приказом директора  
ГБОУ гимназии №1  
от « 3 » 09 2018г.  
№ 355-09  
Директор ГБОУ гимназия №1  
Л.Г. Слепцова Л.Г. Слепцова

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Тропинка к своему Я»  
для обучающихся 5-8 классов  
направление: социальное**

**Составитель:**  
Педагог – психолог  
Чекалкина В.В.

2018г

## 1. Планируемые результаты.

Предлагаемый курс психологических занятий в 5-8 классах направлен на формирование и сохранение психологического здоровья школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению благоприятного психологического климата в классе.

**воспитательных результатов** – тех духовно-нравственных приобретений, которые получил школьник вследствие участия в той или иной деятельности (например, приобрел, участвуя в каком-либо мероприятии, некое знание о себе и окружающих, опыт самостоятельного действия, пережил и прочувствовал нечто как ценность);

**эффекта** – последствия результата, то, к чему привело достижение результата (развитие школьника как личности, формирование его компетентности, идентичности и т.д.).

При этом учитывается, что достижение эффекта – развитие личности обучающегося, формирование его социальной компетентности и т.д. становится возможным благодаря воспитательной деятельности педагога, других субъектов духовно-нравственного развития и воспитания (семьи, друзей, ближайшего окружения, общественности, СМИ и т.п.), а также собственным усилиям самого обучающегося.

Воспитательные результаты программы распределяются по трем уровням:

**Первый уровень результатов** — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, лица, т. е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

***Третий уровень результатов*** — получение лицеистами опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых немислимо существование гражданина и гражданского общества. Очевидно, что для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие лицеиста с социальными субъектами за пределами организации, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты: на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях; на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в нравственно-ориентированной социально значимой деятельности.

Таким образом, знания о ценностях переводятся в реально действующие, осознанные мотивы поведения, значения ценностей присваиваются обучающимися и становятся их личностными смыслами, духовно-нравственное развитие школьников достигает относительной полноты.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным.

Достижение трех уровней воспитательных результатов обеспечивает появление значимых эффектов воспитания и социализации детей – формирование у школьников коммуникативной, этической, социальной, гражданской компетентности и социокультурной идентичности в ее национально-государственном, этническом, религиозном, тендерном и других аспектах.

## 2.Содержание программы

5 класс					Содержание
№	Название темы	Количество часов			
1	Я – это Я.	Всего	Теорет	Практ	
2	Я имею право чувствовать и выразить свои чувства.	5	0	5	Способность осознанию своих качеств и повышению самооценки, снятие психоэмоционального напряжения. Способствовать рефлексии эмоциональных состояний «Угадай чей голос?» «Я могу,я умею » «Потерянное могу»«Кто нужен школьнику?» «Зачем люди мечтают?»
3	Я и мой внутренний мир.	3	0	3	Умение анализировать себя в школе и дома Способствовать адекватному самовыражению«Любимая игрушка»«Испорченный телефон».«Страшный персонаж».«Страхи пятиклассников»«Найди лишнее слово»«Помогите маме»
4	Кто в ответе за мой внутренний мир	3	0	3	Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. «Психологические примеры» Мысленная картинка» «Маленькая страна». «Я внутри и снаружи» «Маленький принц»
5	Я и ты	8	2	6	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли. «Объясни значение» «Плюсы и минусы»«Копилка трудных ситуаций» «Внутренняя сила»«Красивые поступки»
6	Мы начинаем меняться	4	0	4	проблемы подростковой дружбы.Помочь подросткам осознать свои изменения; мотивировать подростков к позитивному изменению. «Общая рука» «Если человек...» «Качества моего друга» «Покажи ситуацию» «Мои колючки» «Мои магнетики» «Если я окажусь одиноким...»
		34	4	30	
6 класс					
1	Агрессия и её роль в развитии человека	9	1	8	Помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и понимать как вести себя в

					ситуации проявления агрессии со стороны других. <i>Лабиринт души «Символ моего Я» «Агрессия и развитие». «Золотые мысли» «Покажи агрессию». «Отбросить старое, чтобы измениться».</i>
2	Уверенность и её роль в развитии человека	10	1	9	Помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека Совершенствование воображения. Развитие быстроты реакции «Портрет» «В чем проблема?» «Символ моей веры в себя» «Мои источники уверенности» «Мои ресурсы»
3	Конфликты и их роль в усилении Я	7	0	7	Помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации. «Стиль входа в конфликт» «Рисунок моего стиля» «Конфликт — это хорошо или плохо?» «Основные стили поведения в конфликте» «Как выиграть обоим участникам конфликта?»
4	Ценности и их роль в развитии человека	8	1	7	Побудить учащихся задуматься о собственных жизненных ценностях, осознание своих жизненных ценностей. «Я в будущем» «Ценности и выбор профессии» «Переоценка ценностей» «Спор ценностей» «Герб моих ценностей» «Общий герб класса»
		34	3	31	
<b>7 класс</b>					
1	Эмоциональная сфера человека	9	1	8	<i>Понимать многообразие психических и эмоциональных состояний; Понимать собственные потребности и цели. Понимать и анализировать поступки других людей и свои собственные; « С чем я согласен» « Что чувствует человек ,если..» «Плохое настроение»</i>
2	Социальное восприятие	15	1	14	<i>Развитие коммуникативных навыков. Способы понимания социальной информации, влияния эмоций на познание человека о способах понимания жестов и поз, невербальных признаков обмана «Узнай свои качества» « Как Поступить» «Дружба в</i>

					социальных сетях» « О чем говоря дети»
3	Межличностная привлекательность: любовь, дружба	10	2	10	Привитие семейных ценностей .Понимать собственные потребности и цели. Понимание о видах межличностной привлекательности. Законы психологии эмоций. Половая идентичность и ее развитие у подростков.»Метки стрелок»«Взаимное доверие или недоверие» «Права и обязанности»
		<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>	
<b>8 класс</b>					
1	Я –концепция и ее ключевые компоненты	<b>14</b>	1	<b>13</b>	Содействовать расширению самосознания подростков. « Я-концепция» « Умственный мусор» «Самоуважение» « Секрет учителя»» Способы повышения уверенности в себе»
2	Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель	<b>6</b>	0	6	Помочь учащимся узнать свои психофизиологические особенности и их ресурсы и ограничения в работе с информацией « Способы восприятия» « Определи способ друга» « Кто что любит» « Что кому будет мешать» « По небу шар летит»
3	Эмоциональный мир человека	<b>10</b>	1	9	Способствовать осознанию подростками своей эмоциональной сферы, пониманию своих и чужих эмоций, выстраивать на основе этого коммуникации.» Что такое состояние» «Угадай строчку» « Реакции на перенапряжение» «Контроль и регуляции темпа движений и речи »
4	Мотивационная сфера личности	<b>4</b>	0	4	Способствовать пониманию подростками своей мотивационной сферы .Понимать собственные потребности и цели. «Что такое»Мотив» « Что побуждает действовать» « Мои привычки и интересы» «Почему люди помогают друг другу»

## Тематическое планирование

№	Тема	Форма организации	Кол-во часов	Виды деятельности	Срок (цикл)
<b>5 класс</b>					
1	Зачем человеку занятия психологией?	беседа	1	познавательная	1
2	Мини-сочинение «Счастье – это...»	игра	1	игровая	1
3	Кто я, какой я?	игра	1	игровая	1
4	Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»	беседа	1	познавательная	1
5	Я могу	беседа	1	познавательная	1
6	Я нужен!	игра	1	игровая	2
7	Я мечтаю	игра	1	игровая	2
8	Мини-сочинение «Мои мечты»	беседа	1	познавательная	2
9	Я – это мои мечты	тренинг	1	игровая	2
10	Я – это мое детство.	беседа	1	познавательная	2
11	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	беседа	1	познавательная	3
12	Чувства бывают разные.	беседа	1	познавательная	3
13	Стыдно ли бояться?	беседа	1	познавательная	3
14	Имею ли я право сердиться и обижаться?	беседа	1	познавательная	3
15	Коллективный рисунок «Рисуем обиду»	игра	1	игровая	3
16	Каждый видит мир и чувствует по-своему	тренинг	1	игровая	4
17	Любой внутренний мир ценен и уникален.	тренинг	1	игровая	4
18	Мини-сочинение «Я и мой внутренний мир»	тренинг	1	игровая	4
19	Трудные ситуации могут научить меня.	тренинг	1	игровая	4
20	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	тренинг	1	игровая	4
21	Мини-сочинение «Я и моя внутренняя сила»	тренинг	1	игровая	4
22	Я и мои друзья.	тренинг	1	игровая	5
23	У меня есть друг	тренинг	1	игровая	5
24	Я и мои «колючки»	тренинг	1	игровая	5
25	Что такое одиночество?	тренинг	1	игровая	5
26	Я не одинок в этом мире.	тренинг	1	игровая	5
27	Коллективный рисунок на тему «Счастье»	беседа	1	игровая	5
28	Нужно ли человеку меняться?	беседа	1	познавательная	6

29	Нужно ли человеку меняться?	практикум	1	игровая	6
30	Коллективная работа «В нашем классе стало лучше с...»	беседа	1	познавательная	6
31	Самое важное - захотеть меняться.	беседа	1	познавательная	6
32	Самое важное - захотеть меняться.	беседа	1	познавательная	6
33	Письмо самому себе с пожеланиями на будущее.	игра	1	игровая	6
34	Заключительное занятие по курсу 5 класса	игра	1	игровая	6

**Всего 34**

**6 класс**

1	Я повзрослел	тренинг	1	познавательная	1
2	У меня появилась агрессия	игра	1	игровая	1
3	Как выглядит агрессивный человек?	игра	1	игровая	1
4	Как звучит агрессия?	игра	1	игровая	1
5	Конструктивное реагирование на агрессию	игра	1	игровая	1
6	Практическая работа «Управление гневом»	игра	1	игровая	2
7	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	Обучающая игра	1	познавательная	2
8	Учимся договариваться	беседа	1	познавательная	2
9	Практическая работа «Договор»	Обучающая игра	1	познавательная	2
10	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	Обучающая игра	1	познавательная	2
11	Источники уверенности в себе	игра	1	игровая	3
12	Какого человека мы называем неуверенным в себе	игра	1	игровая	3
13	Практическая работа «Признаки уверенного, неуверенного и агрессивного человека»	игра	1	игровая	3
14	Я становлюсь увереннее	Обучающая игра	1	познавательная	3
15	Уверенность и самоуважение	игра	1	игровая	3
16	Уверенность и уважение к другим	Развивающая игра	1	познавательная	4
17	Уверенность в себе и милосердие	Обучающая игра	1	познавательная	4
18	Уверенность в себе и непокорность	Развивающая игра	1	познавательная	4
19	Практическая работа «Умение сказать «нет»	игра	1	игровая	4
20	Что такое конфликт?	игра	1	игровая	4



21	Конфликты в школе, дома, на улице	Обучающая игра	1	познавательная	4
22	Способы поведения в конфликте	Обучающая игра	1	познавательная	5
23	Тест «Стиль поведения в конфликте»	тренинг	1	познавательная	5
24	Конструктивное разрешение конфликтов	тренинг	1	познавательная	5
25	Практическая работа «Стили поведения в конфликтах»	игра	1	игровая	5
26	Конфликт как возможность развития	игра	1	игровая	5
27	Готовность к разрешению конфликта	Развивающая игра	1	познавательная	5
28	Практическая работа «Деловая игра «Конфликт»	Развивающая игра	1	познавательная	6
29	Что такое ценности	беседа	1	познавательная	6
30	Ценности и жизненный путь человека	тренинг	1	познавательная	6
31	Тест «Ценностные ориентации»	Обучающая игра	1	познавательная	6
32	Ценности подростков	Обучающая игра	1	познавательная	6
33	Практическая работа «Мои ценности»	тренинг	1	познавательная	6
34	Заключительное занятие	игра	1	игровая	6

**Всего 34**

**7 класс**

1	Почему нам нужно изучать чувства?	тренинг	1	познавательная	1
2	Основные законы психологии эмоций.	тренинг	1	познавательная	1
3	Запреты на чувства.	игра	1	игровая	1
4	Эффект обратного действия	игра	1	игровая	1
5	Передача чувств по наследству	игра	1	игровая	1
6	Как избежать негативных чувств по наследству	игра	1	игровая	2
7	Психогигиена эмоциональной жизни.	игра	1	игровая	2
8	Психогигиена эмоциональной жизни (продолжение)	Обучающая игра	1	познавательная	2
9	Как мы получаем информацию о человеке	беседа	1	познавательная	2
10	Учимся понимать жесты и позы	Обучающая игра	1	познавательная	2
11	О чём говорят твои жесты?	Обучающая игра	1	познавательная	3

12	О чём говорит поза тела?	игра	1	игровая	3
13	Разнообразие жестов.	игра	1	игровая	3
14	Невербальные признаки обмана	игра	1	игровая	3
15	Понимание причин поведения людей	Обучающая игра	1	познавательная	3
16	Понимание причин поведения людей(продолж)	Развивающая игра	1	познавательная	4
17	Впечатление, которое мы производим.	Развивающая игра	1	познавательная	4
18	Как произвести хорошее впечатление?	Обучающая игра	1	познавательная	4
19	Из чего складывается впечатление о человеке.	Развивающая игра	1	познавательная	4
20	Из чего складывается впечатление о человеке (продолжение).	игра	1	игровая	4
21	Способы понимания социальной информации	игра	1	игровая	4
22	Виды социальной информации	игровое занятие	1	познавательная	5
23	Влияние эмоций на познание	игровое занятие	1	познавательная	5
24	Эмоции и чувства.	тренинг	1	познавательная	5
25	Привлекательность человека	тренинг	1	познавательная	5
26	В чём заключается привлекательность человека?	игра	1	игровая	5
27	Взаимность или обоюдная привлекательность	игра	1	игровая	5
28	Взаимность или обоюдная привлекательность (продолжение).	Развивающая игра	1	познавательная	6
29	Дружба. Четыре модели общения	Развивающая игра	1	познавательная	6
30	Первая модель общения	беседа	1	познавательная	6
31	Вторая модель общения	тренинг	1	познавательная	6
32	Третья модель общения	Обучающая игра	1	игровая	6
33	Четвертая модель общения	беседа	1	познавательная	6
34	Заключительное занятие	игра	1	игровая	6
	Всего		<b>34</b>		

## 8 класс

1	Нужно ли человеку меняться?!	тренинг	1	познавательная	1
2	Зачем человеку меняться	игра	1	игровая	1
3	Самое важное – захотеть меняться	беседа	1	познавательная	1
4	Самое важное – захотеть меняться	игра	1	игровая	1
5	Я -концепция	беседа	1	познавательная	1
6	Самоуважение	игра	1	игровая	2
7	Самоконтроль	игра	1	игровая	2
8	Самоэффективность	игра	1	игровая	2
9	Пол как ключевой аспект Я	беседа	1	познавательная	2
10	Личностные особенности мужчин и женщин	тренинг	1	познавательная	2
11	Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель	обучающая игра	1	игровая	3
12	Внутренний ребенок: какой он	беседа	1	познавательная	3
13	Внутренний ребенок бывает разным: естественный и приспособившийся	обучающая игра	1	игровая	3
14	Внутренний родитель может быть разным: заботливым и контролирующим	обучающая игра	1	игровая	3
15	Внутренний взрослый: истинный и мнимый	обучающая игра	1	игровая	3
16	Эмоции и чувства	беседа	1	познавательная	4
17	Психические состояния и их свойства	игра	1	игровая	4
18	Напряжение	игр	1	игровая	4
19	Настроение	тренинг	1	познавательная	4
20	Настроение и активность человека	беседа	1	познавательная	4
21	Как управлять своим состоянием	беседа	1	познавательная	4
22	Как управлять своим состоянием	игра	1	игровая	5
23	Как изменить состояние	беседа	1	познавательная	5
24	Как изменить состояние	игра		игровая	5
25	Возрастной аспект состояний: состояния подростков	игра	1	игровая	5
26	Стресс	беседа	1	познавательная	5
27	Трудные ситуации и развитие	тренинг	1	познавательная	5
28	Мотив и его функции. «Борьба мотивов»	Тренинг	1	познавательная	6
29	Привычки, интересы, мечты	беседа	1	познавательная	6
30	Мотивация помощи и альтруистического поведения	беседа	1	познавательная	6
31	Какой он Новый Я?	игра	1	игровая	6
32	Самое необходимое	тренинг	1	познавательная	6

33	Самое интересное	тренинг	1	познавательная	6
34	Составление коллажа	игра	1	игровая	6
	Всего		34		

### Календарно-тематическое планирование курса «Тропинка к своему я»

Класс 5

Количество часов в неделю 1

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения	Дата
1	Зачем человеку занятия психологией?	1	диагностика	07.09.2018.
2	Мини-сочинение «Счастье – это...»	1	игра	14.09.2018.
3	Кто я, какой я?	1	игра	21.09.2018
4	Я – могу	1	беседа	28.09.2018
5	Я нужен!	1	беседа	05.10.2018
6	Я мечтаю	1	игра	19.20.2018
7	Мини-сочинение «Мои мечты»	1	игра	26.10.2018
8	Я – это мои мечты	1	беседа	02.11.2018.
9	Я – это мое детство.	1	тренинг	09.11.2018.
10	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1	беседа	16.11.2018.
11	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1	беседа	30.11.2018
12	Чувства бывают разные.	1	беседа	07.12.2018
13	Стыдно ли бояться?	1	беседа	14.12.2018.
14	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	беседа	21.12.2018.
15	Коллективный рисунок «Рисуем обиду»	1	игра	28.12.2018.
16	Каждый видит мир и чувствует по-своему	1	тренинг	11.01.2019.
17	Любой внутренний мир ценен и уникален.	1	тренинг	18.01.2019.
18	Мини-сочинение «Я и мой внутренний мир»	1	тренинг	25.01.2019.
19	Трудные ситуации могут научить меня.	1	тренинг	01.02.2019.
20	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	1	тренинг	08.02.2019.
21	Мини-сочинение «Я и моя внутренняя сила»	1	тренинг	15.02.2019.
22	Я и мои друзья.	1	тренинг	01.03.2019.
23	У меня есть друг	1	тренинг	07.03.2019.
24	Я и мои «колючки»	1	тренинг	15.03..2019.

25	Что такое одиночество?	1	тренинг	22.03.2019.
26	Я не одинок в этом мире.	1	тренинг	29.03.2019
27	Коллективный рисунок на тему «Счастье»	1	беседа	05.04.2019
28	Нужно ли человеку меняться?		беседа	19.04.2019
29	Нужно ли человеку меняться?	1	практикум	26.04.2019
30	Коллективная работа «В нашем классе стало лучше с...»	1	беседа	3.05.2019
31	Самое важное - захотеть меняться.	1	беседа	10.05.2019
32	Самое важное - захотеть меняться.	1	беседа	17.05.2019
33	Письмо самому себе с пожеланиями на будущее.	1	игра	24.05.2019
34	Заключительное занятие по курсу 5 класса	1	игра	29.05.2019
		34		

### Класс 6

#### Количество часов в неделю 1

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения	Дата
1	Я повзрослел	1	тренинг	03.09.2018
2	У меня появилась агрессия	1	игровое занятие	10.09.2018
3	Как выглядит агрессивный человек?	1	игровое занятие	17.09.2018
4	Как звучит агрессия?	1	игровое занятие	24.09.2018
5	Конструктивное реагирование на агрессию	1	игровое занятие	01.10.2018
6	Практическая работа «Управление гневом»	1	игровое занятие	15.10.2018
7	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	1	Обучающая игра	22.10.2018
8	Учимся договариваться	1	беседа	29.10.2018
9	Практическая работа «Договор»	1	Обучающая игра	06.11.2018
10	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	Обучающая игра	12.11.2018
11	Источники уверенности в себе	1	игровое занятие	26.11.2018
12	Какого человека мы называем неуверенным в себе	1	игровое занятие	03.12.2018
13	Практическая работа «Признаки уверенного, неуверенного и агрессивного человека»	1	игровое занятие	10.12.2018
14	Я становлюсь увереннее	1	Обучающая игра	17.12.2018

15	Уверенность и самоуважение	1	Развивающая игра	24.12.2018
16	Уверенность и уважение к другим	1	Развивающая игра	09.01.2019
17	Уверенность в себе и милосердие	1	Обучающая игра	14.01.2019
18	Уверенность в себе и непокорность	1	Развивающая игра	21.01.2019
19	Практическая работа «Умение сказать «нет»	1	игра	28.01.2019
20	Что такое конфликт?	1	игровое занятие	04.02.2019
21	Конфликты в школе, дома, на улице	1	Обучающая игра	11.02.2019
22	Способы поведения в конфликте	1	Обучающая игра	26.02.2019
23	Тест «Стиль поведения в конфликте»	1	тренинг	04.03.2019
24	Конструктивное разрешение конфликтов	1	тренинг	11.03.2019
25	Практическая работа «Стили поведения в конфликтах»	1	игровое занятие	18.03.2019
26	Конфликт как возможность развития	1	игровое занятие	25.03.2019
27	Готовность к разрешению конфликта	1	Развивающая игра	01.04.2019
28	Практическая работа «Деловая игра «Конфликт»	1	Развивающая игра	15.04.2019
29	Что такое ценности	1	беседа	22.04.2019
30	Ценности и жизненный путь человека	1	тренинг	29.04.2019
31	Тест «Ценностные ориентации»	1	Обучающая игра	06.05.2019
32	Ценности подростков	1	Обучающая игра	13.05.2019
33	Практическая работа «Мои ценности»	1	тренинг	20.05.2019
34	Заключительное занятие	1	игра	27.05.2019
	Всего	34		

**Класс 7**

**Количество часов в неделю 1**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения	
1	Почему нам нужно изучать чувства?	1	тренинг	04.09.2018
2	Основные законы психологии эмоций.	1	тренинг	11.09.2018
3	Запреты на чувства.	1	игровое занятие	18.09.2018
4	Эффект обратного действия	1	игровое занятие	25.09.2018
5	Передача чувств по наследству	1	игровое занятие	02.10.2018
6	Как избежать негативных чувств по наследству	1	игровое занятие	16.10.2018
7	Психогигиена эмоциональной жизни.	1	игровое занятие	23.10.2018
8	Психогигиена эмоциональной жизни	1	Обучающая игра	30.10.2018

9	Как мы получаем информацию о человеке	1	беседа	06.11.2018
10	Учимся понимать жесты и позы	1	Обучающая игра	13.11.2018
11	О чём говорят твои жесты?	1	Обучающая игра	27.11.2018
12	О чём говорит поза тела?	1	игровое занятие	04.12.2018
13	Разнообразие жестов.	1	игровое занятие	11.12.2018
14	Невербальные признаки обмана	1	игровое занятие	18.12.2018
15	Понимание причин поведения людей	1	Обучающая игра	25.12.2018
16	Понимание причин поведения людей	1	Развивающая игра	09.01.2019
17	Впечатление, которое мы производим.	1	Развивающая игра	15.01.2019
18	Как произвести хорошее впечатление?	1	Обучающая игра	22.01.2019
19	Из чего складывается впечатление о человеке.	1	Развивающая игра	29.01.2019
20	Из чего складывается впечатление о человеке	1	игра	05.01.2019
21	Способы понимания социальной информации	1	игровое занятие	12.02.2019
22	Виды социальной информации	1	Обучающая игра	26.02.2019
23	Влияние эмоций на познание	1	Обучающая игра	05.03.2019
24	Эмоции и чувства.	1	тренинг	12.03.2019
25	Привлекательность человека	1	тренинг	19.03.2019
26	В чём заключается привлекательность человека?	1	игровое занятие	26.03.2019
27	Взаимность или обоюдная привлекательность	1	игровое занятие	02.04.2019
28	Взаимность или обоюдная привлекательность	1	Развивающая игра	16.04.2019
29	Дружба. Четыре модели общения	1	Развивающая игра	23.04.2019
30	Первая модель общения	1	беседа	30.04.2019
31	Вторая модель общения	1	тренинг	07.05.2019
32	Третья модель общения	1	Обучающая игра	14.05.2019
33	Четвертая модель общения	1	беседа	21.05.2019

Всего 34

**Класс 8**

**Количество часов в неделю 1**

	Тема занятия	Количество часов	Форма проведения	Дата проведения
1	Нужно ли человеку меняться?	1	тренинг	07.09.2018
2	Зачем человеку меняться?	1	Обучающая игра	14.09.2018
3	Самое важное – захотеть меняться	1	беседа	21.09.2018

4	Самое важное – захотеть меняться	1	Обучающая игра	28.09.2018
5	Я -концепция	1	беседа	05.10.2018
6	Самоуважение	1	игровое занятие	19.10.2018
7	Самоконтроль	1	игровое занятие	26.10.2018
8	Самоэффективность	1	игровое занятие	02.11.2018
9	Пол как ключевой аспект Я	1	беседа	09.11.2018
10	Личностные особенности мужчин и женщин	1	тренинг	16.11.2018
11	Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель	1	Обучающая игра	30.11.2018
12	Внутренний ребенок: какой он	1	беседа	07.12.2019
13	Внутренний ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся	1	Обучающая игра	14.12.2018
14	Внутренний родитель может быть разным: заботливым и контролирующим	1	Обучающая игра	21.12.2018
15	Внутренний взрослый: истинный и мнимый	1	Обучающая игра	28.12.2018
16	Эмоции и чувства	1	беседа	11.01.2019
17	Психические состояния и их свойства	1	игра	18.01.2019
18	Напряжение	1	игра	25.01.2019
19	Настроение	1	тренинг	01.02.2019
20	Настроение и активность человека	1	беседа	08.02.2019
21	Как управлять своим состоянием	1	беседа	15.02.2018
22	Как управлять своим состоянием	1	игра	01.03.2019
23	Как изменить состояние	1	беседа	07.03.2019
24	Как изменить состояние	1	игра	15.03.2019
25	Возрастной аспект состояний: состояния подростков	1	игра	22.03.201
26	Стресс	1	беседа	29.03.2019
27	Трудные ситуации и развитие	1	тренинг	05.04.2019
28	Мотив и его функции. «Борьба мотивов»	1	тренинг	19.04.2019
29	Привычки, интересы, мечты	1	беседа	26.04.2019
30	Мотивация помощи и альтруистического поведения	1	беседа	03.05.2019
31	Какой он Новый Я ?	1	игровое занятие	10.05.2019
32	Самое необходимое	1	тренинг	17.05.2019
33	Самое интересное	1	тренинг	24.05.2019
34	Составление коллажа	1	игра	31.05.2019
	Всего	34		