

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 79 Калининского района Санкт-Петербурга
ГБОУ СОШ №79

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
ГБОУ СОШ № 79
Калининского района
Санкт-Петербурга

Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ СОШ №79
Калининского района
Санкт-Петербурга

Т.Н. Акимова
Приказ № 56-0
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»
для обучающихся 6-7 классов

Санкт-Петербург
2024-2025

Пояснительная записка

Рабочая программа «Поверь в себя» разработана на основе авторской программы формирования психологического здоровья младших подростков «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О. В. Хухлаевой.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, так как учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся дети в младшем подростковом возрасте, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при переходе с одной ступени образования на другую. Именно в этом возрасте идет борьба за самостоятельность в мыслях и поступках, которая приобретает для подростков особое значение.

Основной формой проявления самостоятельности становятся различного рода агрессивные действия, которые у взрослых, как правило, вызывают ответную агрессию, что приводит к нарастанию конфликтов между шестиклассниками и их родителями, педагогами. Поэтому полезно предоставлять подросткам возможность осознавать собственные индивидуальные особенности, свои агрессивные действия, учить их контролировать проявления агрессии.

Большинство подростков в этом возрасте проявляют живой интерес к самопознанию, поэтому они с радостью принимают любые игры, задания, позволяющие им посмотреть на самих себя.

Предлагаемый курс психологических занятий в начале основной школы направлен на формирование и сохранение психологического здоровья школьников, так как способствует развитию интереса подростка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления

трудностей, способствует установлению такой атмосферы, при которой человек полноценно выполняет свои социальные функции.

Цель: научить лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, обрести уверенность в собственных силах.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Научить обучающихся распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у обучающихся нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Курс занятий рассчитан на 2 года обучения для обучающихся 6-7 классов. Занятия проходят по 1 часу, 1 раз в неделю, что составляет 34 часа в год.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. Основные формы проведения занятий:

- лекция;
- фронтальная беседа;
- дискуссия;

- диспут;
- просмотр кино-, видео-, телефильма, спектакля, концерта;
- продуктивные игры (коммуникативные, имитационные, ролевые и др.);
- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- техники и приёмы саморегуляции;
- элементы сказкотерапии.

Планируемые результаты обучения

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, школы, т. е. в защищенной, дружественной просоциальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое

подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение школьником 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 школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Результаты формирования регулятивных универсальных учебных действий

Ученик научится:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями.

Ученик получит возможность научиться:

- контролировать собственное агрессивное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Результаты формирования познавательных универсальных учебных действий

Ученик научится:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- адекватно воспринимать оценки учителей.

Ученик получит возможность научиться:

- распознавать чувства других людей;
- распознавать собственные ценности и определять их роль в жизни;
- формулировать собственные проблемы.

Результаты формирования коммуникативных универсальных учебных действий

Ученик научится:

- строить взаимоотношения с окружающими;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- толерантному отношению к другому человеку.

**СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
6 КЛАСС**

№ урока	Название темы	Кол-во часов	Содержание
1-2	Я повзрослел	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона «Улыбнитесь!»; «Скажите добрые слова друг другу».</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия.</p> <p>2.Изменения во мне. Сказка «Лабиринт души». Символ моего Я. Игра «Спрячь игрушку».</p>
3	У меня появилась агрессия	1	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть.</p> <p>Агрессия и развитие. Различия между агрессией и агрессивностью. Как научиться контролировать собственной агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Золотые мысли. Ассоциации. сказка про Рона.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
4-5	Как выглядит агрессивный человек	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2 Как распознать агрессивного человека. Трудности агрессивного человека и причины агрессивного поведения. Игра</p>

			«Покажи агрессию». Отбрось старое, чтобы измениться. Агрессивный ...продавец».3. Рефлексия занятия.
6-7	Конструктивное реагирование на агрессию.	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнение «Моя реакция на агрессию». Если я сильный... Притча «Живот с пристежками». 3. Рефлексия занятия.
7-8	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: Часто между родителями и подростками присутствует агрессия. Основной причиной ее возникновения является непонимание между детьми и родителями. Как искать точки понимания в семье и учиться договариваться. 3. Рефлексия занятия.
9-10	Учимся договариваться	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Игра «На приеме у психолога». Мои маски. Притча «Дом масок». 3. Рефлексия занятия.
11	Зачем человеку нужна уверенность в себе	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.

			<p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: Как обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах и долгой жизни. Портрет. Моделирование ситуаций «В чем проблема?». Символ моей веры в себя.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
12-13	Источники уверенности в себе	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: Источники уверенности в себе. Копилка источников уверенности. Мои ресурсы. Человеку очень важно, чтобы его принимали таким, какой он есть. Это способствует его развитию. Уверенному в себе человеку легче изменяться.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
14-15	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. «Причины неуверенного поведения. Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность. Работа с рассказом. На приеме у психолога. Сказка «Маленькая волна».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>

16	Я становлюсь увереннее	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: Поражение-прекрасная возможность научиться чему-то новому. Высказывания. Сказка «Молодое дерево». 3. Рефлексия занятия.
17-18	Уверенность и самоуважение	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Понятие «Уважение», «самоуважение», «самопринятие». Уверенность связана с самоуважением и самопринятием. «Я горжусь». Звезда самоуважения. Игра «Волшебное зеркало». Сказка «На дне моря». 3. Рефлексия занятия.
19	Уверенность и уважение к другим	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Действительно уверенный человек относится с уважением к другим. За что я уважаю... Качества в других людях, достойные уважения. Бывает ли так, что человека не за что уважать? 3. Рефлексия занятия.
20	Уверенность в себе и милосердие	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях

			<p>занятия.</p> <p>2. Основная часть. Уверенный в себе человек умеет быть к другим милосердным. Понятие «Милосердие». Кто нуждается в милосердии? Качества милосердного человека. С чем бы я мог согласиться?</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
21-22	Уверенность в себе и непокорность.	2	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Коллективный портрет ученика. Непокорность мешает, когда... Непокорность помогает, когда... Корзинка непослушания.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
23	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг разрешения конфликта – умение его предвидеть. Сигналы конфликта. Конфликт – это хорошо или плохо? Стилль входа в конфликт. Как выглядит человек в конфликте?</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
24-25	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение,	2	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p>

	отступление, уход от конфликта		<p>2. Основная часть. Поведение в процессе конфликта: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Какой способ быстрее ведет к конфликту и почему. Как проявляются способы поведения в конфликте? Конфликтные ситуации.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
26-27	Конструктивное разрешение конфликтов	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Лучшее разрешение конфликта — то, при котором выигрывают оба участника. Моделирование ситуации «Конфликт». Типичные конфликтные ситуации шестиклассников. Как выиграть обоим участникам конфликта. Как оставаться спокойным.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
28-29	Конфликт как возможность развития	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Творческий подход к конфликту позволяет превратить проблемы в возможности. Конфликт как возможность. Пробуем договориться.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
30-31	Готовность к разрешению конфликта	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p>

			<p>2. Основная часть. Иногда конфликт может быть приятным и желательным. В чем выгода? Игра «В стране вещей».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
32	Что такое ценности?	1	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: Каждый человек движется по жизни, опираясь на свои ценности. Основные ценности взрослых. Я в будущем</p> <p>3.Рефлексия занятия.</p>
33	Ценности и жизненный путь человека	1	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Ценности человека во многом определяют его жизненный путь. Связаны ли ценности с выбором профессии. Определи ценности. Какие события могут привести к переоценке его ценностей.3.Рефлексия занятия.</p>
34	Мои ценности	1	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Каждый человек имеет право утверждать свои ценности, если это не вредит другим. Спор ценностей. Общий герб ценностей класса.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>

**СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
7 КЛАСС**

№ урока	Название темы	Кол- во часов	Содержание
1-2	Вводные занятия. Знакомство	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона «Улыбнитесь!»; «Скажите добрые слова друг другу». Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Релаксация. Рисунок «Внутренняя сущность» Тест «Уверенное, агрессивное, застенчивое поведение» 3. Рефлексия занятия.
3-4	Эмоциональный интеллект.	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Размышление на тему: «Почему нужно обращать внимание на чувства людей». Упражнения: «Ошибка футболиста», «Что входит в эмоциональный интеллект», «Профессии», «Парк развлечений», «Олигархи», «Два подсказчика». 3. Рефлексия занятия.
5	Закон «прорыва плотины».	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях

			<p>занятия.</p> <p>2. Основная часть.</p> <p>Упражнения: «Какое слово не подходит», «Основные законы психологии эмоций», «Ассоциации», «Интернет-магазин «Гнев», «Эмоции в подарок», «Чье кольцо».</p> <p>Работа со сказкой «Чертежник».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
6	Закон скрытности.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть.</p> <p>Упражнения: «Ты прав, и ты прав...», «Закон скрытности», «Определи запреты», «Сонник», «Мумия».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
7	Закон обратного эффекта.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Закон обратного эффекта», «Плохое настроение», «Забронируй путевку», «Человек-паук».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
8-9	Передача чувств «по наследству».	2	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения:</p>

			<p>«Что чувствует человек, если...», «Могут ли чувства передаваться «по наследству»?», «Дети нацистских преступников», «Одежда», «Крутометр», «Вильгельм Телль», «Кто загадан».</p> <p>Работа с рассказами «Рассказ сына», «Рассказ внучки».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
10-11	Взаимосвязь разума и эмоций.	2	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «И это грустно, и это весело...», «Что чувствует человек, если...», «С чем я согласен», «Одежда», «Интернет-магазин «Веселье», «Найди свой стул».</p> <p>Работа со сказкой «Портфельчик».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
12	Как мы получаем информацию о человеке.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона.</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Что чувствует человек, если...», «Что чувствует человек, если он сделал...», «Понимать окружающих», «Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов?», «Почему невербальная коммуникация много говорит о человеке», «Мыльные пузыри», «Как мы друг друга понимаем».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>

13	Учимся понимать жесты и позы.	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: «Что чувствует человек, если ему в голову приходят мысли о...», «Жесты и позы всегда говорят о чем-то», «Жесты, отражающие состояние человека», «Разговор по телефону», «Чемодан на отдых». 3. Рефлексия занятия.
14	Жесты.	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: «Найди лишнее слово», «Вспомним жесты», «Живое зеркало», «Четыре буквы». 3. Рефлексия занятия.
15	Невербальные признаки обмана.	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: «Определи причину», «О чем говорят жесты», «У кого можно списать», «Врунишка». 3. Рефлексия занятия.
16-17	Понимание причин поведения людей.	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.

			<p>2. Основная часть. Упражнения: «Определи причину», «Почему необходимо уметь понимать причины поведения других людей», «Как сказать о причинах своего поведения, чтобы нас поняли», «Как не делать ошибок в понимании», «Если я Ника», «Где я нахожусь».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
18	Впечатление, которое мы производим.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Первое впечатление», «Впечатление в социальных сетях», «Приготовь обед», «Куда утраиваюсь на работу».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
19-20	Из чего складывается впечатление о человеке.	2	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Что нужно делать», «Что мы помним о человеке».</p> <p>Работа в тетради. «Новый учитель», «Где происходит действие», «Резиночки».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
21	Что такое наблюдательная сензитивность.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p>

			<p>2. Основная часть. Упражнения: «Кто изменил позу», «Кому необходима сензитивность», «Группа разделилась», «Сыщики», «Подойди к...».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
22	Развиваем наблюдательную сензитивность.	1	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Чьи руки», «Сколько пальцев», «Встаньте...», «Какие у него...», «Обложка учебника».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
23	Привлекательность человека.	1	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Что привлекает в человеке», «Какая привлекательность важнее», «Качества привлекательного человека», «Кто пришел в гости», «Путаница», «Волшебное превращение».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
24	Взаимность или обоюдная привлекательность.	2	<p>1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Взаимная симпатия», «Легко ли проявлять симпатию?», «Действия симпатии», «На спине – на доске», «Оторви хвостик».</p>

			3. Рефлексия занятия.
25-26	Дружба. Четыре модели общения.	2	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: «Модели общения», «Что для тебя значимо», «Дружба в социальных сетях», «Три качества», «На приеме у психолога», «Кто больше знает», «Сыщики». 3. Рефлексия занятия.
27	Романтические отношения и влюбленность.	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: «Влюбленность и любовь», «Как поступить», «На приеме у психолога», «Спички», «Узнай свои качества». 3.Рефлексия занятия.
28	Романтические отношения или влюбленность.	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть. Упражнения: «Как поступить», «Табу для родителей подростков», «Сдуть неудачу», «Роль на спине». 3.Рефлексия занятия.
29	Чувство взрослости.	1	1.Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия. 2. Основная часть.

			<p>Упражнения: «Чувство взрослости», «Взаимное понимание или непонимание», «Мешочек с животными», «Собери команду».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
30	Права и обязанности.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Взаимное доверие и недоверие», «Права и обязанности», «Конкурс разведчиков», «Меткий стрелок».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
31-32	Взросление и отношения с родителями.	2	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона. Рассказ педагога-психолога о целях занятия.</p> <p>2. Основная часть. Упражнения: «Роль родителей в жизни подростка», «Роль подростков в жизни родителей», «Кто пронес телефон», «Слепой и поводырь».</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>
33-34	Итоговая диагностика на конец учебного года.	1	<p>1. Приветствие, создание благоприятного эмоционального фона: «Улыбнитесь!»; «Скажите добрые слова друг другу».</p> <p>Упражнение мозговой гимнастики «Точки пространства».</p> <p>Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия.</p> <p>2. Основная часть. Диагностика.</p> <p>3. Рефлексия занятия.</p>

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
6 КЛАСС**

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Я повзрослел.	2
2	У меня появилась агрессия.	1
3	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	2
4	Конструктивное реагирование на агрессию.	2
5	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	2
6	Учимся договариваться.	2
7	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1
8	Источники уверенности в себе.	2
9	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2
10	Я становлюсь увереннее.	1
11	Уверенность и самоуважение.	2
12	Уверенность и уважение к другим.	1
13	Уверенность в себе и милосердие.	1
14	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	2
15	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.	2
16	Конструктивное разрешение конфликтов.	2
17	Конфликт как возможность развития.	2
18	Что такое ценности?	1
19	Ценности и жизненный путь человека.	2
20	Мои ценности.	2

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
7 КЛАСС**

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Знакомство. Беседа о психологии	1
2	Стартовая диагностика на начало учебного года.	1
3	Эмоциональный интеллект.	2
4	Закон «прорыва плотины».	1
5	Закон скрытности.	1
6	Закон обратного эффекта.	1
7	Передача чувств «по наследству».	2
8	Взаимосвязь разума и эмоций.	2
9	Как мы получаем информацию о человеке.	2
10	Учимся понимать жесты и позы.	1
11	Жесты.	1
12	Невербальные признаки обмана.	1
13	Понимание причин поведения людей.	2
14	Впечатление, которое мы производим.	1
15	Из чего складывается впечатление о человеке.	2
16	Что такое наблюдательная сензитивность.	1
17	Развиваем наблюдательную сензитивность.	1
18	Привлекательность человека.	1
19	Взаимность или обоюдная привлекательность.	1
20	Дружба. Четыре модели общения.	2
21	Романтические отношения и влюбленность.	2
22	Чувство взрослости.	1
23	Права и обязанности.	1
24	Взросление и отношения с родителями.	2
25	Итоговая диагностика на конец учебного года.	1

УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Лабиринт души. Терапевтический сказки. Под редакцией О.В. Хахлаевой.
2. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). Генезис, М., 2005.
4. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (7-8 классы). Генезис, М., 2005.

