

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Елизаветинская средняя общеобразовательная школа Азовского района

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по **внеурочной деятельности (ФГОС ООО)**

«Психология в моей жизни»

Направление внеурочной деятельности: **Занятия, связанные с реализацией особых интеллектуальных и социокультурных потребностей обучающихся**

Уровень общего образования (класс): **среднее общее (5-7 класс)**

2023-2024 уч.год

СОДЕРЖАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ	5
3. СОДЕРЖАНИЕ	7
4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	18

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психологии ориентирована на обучающихся 5-7 классов и разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями).

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”.

3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897) (с изменениями и дополнениями).

4. О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности. Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 N 09-167

5. О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий" (вместе с "Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий. Письмо Минпросвещения России от 07.05.2020 N ВБ-976/04

6. Дополнительная общеразвивающая программа «Психология в моей жизни» разработана на основе программы «Психология» 5-11 класс Белокрыловой Т. С., а также элементы авторской серии «Тропинка к своему Я» Хухлаевой О. В. Уроки психологии в средней школе 5-6 и 7-8 классы.

7. План внеурочной деятельности МБОУ Елизаветинская СОШ Азовского района в 5-7 классах на 2023 – 2024 уч. год в рамках ФГОС ООО.

9. Локальный акт МБОУ Елизаветинская СОШ Азовского района «Положение о рабочей программе».

Актуальность программы: новые стандарты образования предполагают внесение значительных изменений в структуру и содержание, цели и задачи образования, заключающиеся в использовании в образовательном процессе технологий деятельностного типа. По новым федеральным требованиям ребенок должен уметь самостоятельно находить ответы, на интересующие его вопросы, должен уметь самостоятельно мыслить, видеть и творчески решать возникающие проблемы. А в условиях реализации “Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года” перед нами стоят задачи, направленные на популяризацию научных знаний среди детей, содействие повышению привлекательности науки для подрастающего поколения, поддержку научно-технического творчества детей, повышение заинтересованности подрастающего поколения в научных познаниях об устройстве мира и общества. Также, актуальность программы выражается в социальном запросе родителей на гармоничное интеллектуальное развитие ребенка, на формирование познавательной мотивации, поддержании искреннего интереса к миру, проявляющегося в поисковой активности, в стремлении использовать любую возможность, чтобы чему-нибудь научиться.

Данная программа направлена на развитие социальной компетентности учащихся, воспитание гармонично развитой личности, способной к саморазвитию и самосовершенствованию, эффективному функционированию в современном обществе.

Целью программы является - формирование психологической культуры и социальной компетентности учащихся. Создание условий для формирования и развития интеллектуального, творческого потенциала и общей одаренности личности ребенка путём совершенствования его исследовательских способностей в процессе саморазвития. При этом не

предполагается глубокого усвоения детьми научных психологических понятий.

Задачи работы по данной программе:

- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
- формирование общих представлений, учащихся о психологии как науке; оказание им помощи в открытии внутреннего мира человека, пробуждение интереса к другим людям и к самому себе;
- развитие интереса познания себя и других людей, умения использовать психологические знания с прикладными задачами, с практикой общения и деятельности в коллективе;
- формирование собственной культуры самопознания, саморазвития и самовоспитания; развитие желания работать над собой, постигать себя, видеть свои сильные и слабые стороны.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ

Личностные результаты:	<p>Формирование мотивации учения; Осознание возможностей самореализации; Стремление к совершенствованию; Формирование коммуникативной компетенции; Формирование общекультурной и этнической идентичности; Толерантное отношение к проявлениям иной культуры; Готовность отстаивать общечеловеческие ценности, свою гражданскую позицию; Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах; Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.</p>
Метапредметные результаты:	<p>умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;</p>

	<p>работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</p> <p>умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и монологической контекстной речью;</p> <p>формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.</p>
<p>Предметные результаты:</p>	<p>Формирование психологической культуры учащихся школы;</p> <p>Освоение системообразующей теоретической базы для сознательного управления своего развития;</p> <p>Овладение основными путями психологического познания человека</p> <p>Снижение уровня школьной тревожности;</p> <p>Развитие навыков планирования на ближайшую перспективу с учетом своих возможностей, умение минимизировать риск в опасных жизненных ситуациях.</p> <p>Формирование адекватной самооценки, развитие позитивного образа собственного будущего.</p> <p>Навык конструктивного общения и разрешения житейских конфликтов.</p>

3. СОДЕРЖАНИЕ

"Тропинка к своему Я" 5 класс (35 часов)

Я - пятиклассник (10 часов)

Через упражнения и игры, обучающиеся вспоминают приятные моменты учебы в начальной школе, свои успехи, достижения и проясняют свои цели на время обучения в пятом классе.

Формирование навыков взаимодействия с родственниками, развитие способности понимать себя и другого. Дискуссия на тему занятия. Упражнения: «Найди меня», «Настоящий друг», «Мой портрет в лучах солнца».

Мы и наше настроение – от кого и от чего оно зависит. Обсуждение темы: «Виды настроения». Проигрывание предложенных ситуаций. Упражнения способствуют формированию учебных навыков и самораскрытию детей.

Мы и наши привычки (режим дня). Мы и наши привычки (правила личной гигиены). Мы и наши привычки (правила рационального питания). Мы, наши недостатки и достоинства. Мы, наши права и обязанности. Мы и наш класс.

Диагностика тревожности: методика Прихожан А.М. Снижение тревожности

происходит через упражнения «Чего я боюсь?», «На ошибках учатся», «Рисуем слово».

Раздел 2. Введение в мир психологии (9 часов)

Чем занимается психология? Зачем человеку психология?

Кто Я, какой Я? Какими я обладаю качествами, способностями, возможностями. Какие роли бывают у человека? Почему для человека так важно быть нужным окружающим людям? Мои мечты и мои цели. Отличие цели от мечты. План достижения цели. Детство, как значимый период в жизни. Я сейчас, я в будущем. Роль взрослых и роль детей. Как необходимо воспитывать детей.

Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (3 часа)

Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные. Способы адекватного самовыражения чувств. Страхи пятиклассников. Стыдно ли бояться? Способы преодоления страхов.

Раздел 4. Я и мой внутренний мир (2 часа)

Подчеркивается ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. Каждый имеет право на собственную точку зрения.

Каждый человек несет ответственность за свои чувства, мысли и поступки.

В любом событии есть и плюсы, и минусы. В любом возрасте человек может оказаться в трудной ситуации. Создается копилка трудных ситуаций пятиклассника. Любая трудная ситуация имеет обучающий эффект.

Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? (2 часа)

Какие трудные ситуации бывают в моей жизни, как на них реагировать, чему они могут меня научить. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя.

Раздел 6. Я и ты (5 часов)

Обсуждаются проблемы подростковой дружбы. Выделяются человеческие качества, которые способствуют и мешают дружбе. Исследуются сильные и слабые стороны в общении. Что такое одиночество и его причины. Одиночество взрослого и подростка (сходства и различия). Способы преодоления одиночества.

Раздел 7. Мы начинаем меняться (2 часа)

Осознание изменений, которые происходят с пятиклассниками. Мотивировка для позитивного самоизменения. Будущее каждого находится в его руках.

Раздел 8. Итоговое занятие (1 час).

Обучение активному общению, что позволяет ребёнку самому формировать навыки и умения общаться продуктивно, основываясь на собственном опыте, который нарабатывается на групповых занятиях, где

человек может лучше понять самого себя через понимание других людей. Занятие проходит в форме ролевых игр и тренинга.

"Тропинка к своему Я" 6 класс (35 часов)

Агрессия и ее роль в развитии человека (8 часов)

Я повзрослел. Работа со сказкой. Лабиринт души (Т. Шмидт). Работа в тетради. «Символ моего Я». «Спрячь игрушку». Осознают целостность мира и многообразие взглядов на него, определяют познавательную цель, обобщают и систематизируют разумные виды информации.

У меня появилась агрессия. «Золотые мысли». «Ассоциации». Работа со сказкой. Сказка про Рона.

Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? «Покажи агрессию». «Кто из них агрессивный?» «Агрессивный... продавец». «Отбросить старое, чтобы измениться». Работа со сказкой. Время (О. Горбушина). Работа в тетради, «Моя реакция на агрессию». «Как поступить конструктивно?»

Конструктивное реагирование на агрессию. «Свет мой зеркальце». «Трудно». «Если я сильный...» Работа с притчей.

Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. «Эпиграф занятия». «Чем недовольны родители?» «Чем недовольны подростки?» «Подростки не понимают... Родители не понимают...» «Учимся договариваться». Работа со сказкой. Сказка про Крича (М. Кирсанова)

Учимся договариваться. «Эпиграф занятия». «На приеме у психолога». «Мои маски». Работа в тетради, «Рисунок маски». Работа с притчей. «Эпиграф занятия». «Маски».

Раздел 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (12 часов)

Зачем человеку нужна уверенность в себе? «Эпиграф занятия». «Портрет». «В чем проблема?» «Ассоциации». «Символ моей веры в себя». Работа со сказкой. Про мальчика «Неудоба». Осваивают социальные нормы

поведения. Ставят цель своего обучения, развивают мотивы деятельности. Умеют правильно интерпретировать информацию, полученную из наблюдений.

Источники уверенности в себе. «Эпиграф». «Копилка источников уверенности». Работа в тетради, «Мои источники уверенности». «Мои ресурсы».

Мои способности. Я, мои успехи и неудачи. Какого человека мы называем неуверенным в себе? «Эпиграф», «Маски неуверенности», Работа в тетради, «Какое поведение у ребят?». «Надень маску». «На приеме у психолога». Работа со сказкой. Маленькая Волна (К. Ступницкая)

Я становлюсь увереннее. «Высказывания» Работа со сказкой. Молодое дерево (К. Ступницкая)

Уверенность и самоуважение. «Звезда самоуважения». «Волшебное зеркало». Работа со сказкой. На дне моря (Н. Шилова)

Уверенность и уважение к другим. «Эпиграф». «За что я уважаю...» «Портрет». Работа со сказкой. «Превращение», «Подумай».

Уверенность в себе и милосердие. «Эпиграф». «Кто нуждается в милосердии?» «Качества милосердного человека». «С кем бы я мог согласиться?», «Золотые фразы».

Уверенность в себе и непокорность. «Эпиграф». «Портрет». «Закончи предложение». «Корзинка непослушания». Работа со сказкой. Сказка про телефончик.

Раздел 3. Конфликты и их роль в развитии Я (6 часов)

«Что такое конфликт? Конфликты дома, в школе, на улице». «Эпиграф». Работа в тетради, «Стиль входа в конфликт», «Рисунок моего стиля». «Как выглядит человек в конфликте?», «Конфликт — это хорошо или плохо?» Умеют занимать свою позицию в обществе. Выдвигают версии, работают по плану. Строят логически обоснованные рассуждения. Корректируют свое мнение под воздействием контраргументов.

Способы поведения в конфликте. «Эпиграф». «Основные стили поведения в конфликте». Работа в тетради. «Как проявляются способы поведения в конфликте?» Работа в тетради, «Конфликтные ситуации». Работа со сказкой. Сказка про цветной снег.

Конструктивное разрешение конфликтов. «Как выиграть обоим участникам конфликта?» Работа в тетради. «Разыграем конфликт». «Как оставаться спокойным». Работа со сказкой. Подумай обо мне.

Конфликт как возможность развития. «Эпиграф». «Станем американцами». «Конфликт как возможность». «Попробуем договориться». Работа со сказкой. Верба (И. Орлова)

«Готовность к разрешению конфликта». «Эпиграф». «В чем выгода?» «В стране вещей». Работа со сказкой. Город

Раздел 4. Ценности и их роль в жизни человека (3 часа)

«Что такое ценности?» «Эпиграф». Работа в тетради. «Я в будущем». Работа со сказкой. Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный. Формируют ответственное отношение к учению. Самостоятельно оценивают правильность выполнения задания. Обобщают и систематизируют разумные виды информации. Корректируют свое мнение.

«Ценности и жизненный путь человека». «Эпиграф», «Ценности и выбор профессии», «Определи ценности», «Переоценка ценностей», Работа со сказкой. Сказка про еловую шишечку.

«Мои ценности». «Эпиграф», «Спор ценностей».

Раздел 5. Мой внутренний мир(5 часов)

Мир эмоций. Настроение. Нарисуй свое настроение, на что оно похоже. " Я" в лучах "Солнца".

Наш темперамент. Виды темперамента. Учение Гиппократов. Классификация темпераментов по Гиппократу.

Мой характер. Что такое характер? Какое вы можете дать определение понятию “характер”? Как влияет характер человека на его отношения с окружающими? Как влияет характер на успехи в школе, жизни?

Характер дается человеку при рождении или его формируют?

Раздел 6. Итоговое занятие (1 час).

"Тропинка к своему Я" 7 класс (35 часов)

Раздел 1. Эмоциональная сфера человека (7 часов)

Эмоциональный интеллект. «Почему нужно обращать внимание на чувства людей». «Ошибка футболиста». Ведущий рассказывает ребятам историю одного футбольного матча. «Что входит в эмоциональный интеллект».

«Профессии». Ведущий по очереди называет профессии. Подросткам нужно определить, влияет ли на эффективность работы представителей перечисленных ниже профессий эмоциональный интеллект, и обосновать свое мнение. «Парк развлечений, «Олигархи». «Два подсказчика».

Закон «прорыва плотины». «Основные законы психологии эмоций». Закон «прорыва плотины», заключается в том, что чувства нельзя

удерживать бесконечно долго. Они сначала просачиваются потихоньку, и человек может их контролировать, а потом он теряет над ними контроль.

«Ассоциации». "Интернет-магазин", какие эмоции, можно купить на сайтах?

«Эмоции в подарок»

Работа со сказкой. Ребята слушают и обсуждают сказку. "Чертежник"

Закон скрытности. "Ты прав, и ты прав...". "Закон скрытности", «Определи запреты». «Сонник», развитие фантазии. Игра «Мумия».

Закон обратного эффекта. «Плохое настроение». Предлагаются варианты улучшения настроения. «Забронируй путевку». На доске записывается название какой-нибудь страны или курортного региона России. За 1 минуту из букв названия нужно составить как можно больше слов. «Человек-паук». Подростки вспоминают известного героя Человека-паука, который обладал фантастическими умениями – мог поднимать тяжелые предметы, двигаться с огромной скоростью, выпускать паутину. Далее они представляют, что

встретились с Человеком-крокодилом, и придумывают, какими умениями он мог бы обладать.

Передача чувств «по наследству». «Что чувствует человек, если...». Из учеников выбирается водящий, который называет различные известные телепередачи, например, «Дом-2», «Чрезвычайное происшествие» (криминальная хроника) и т. д. Остальным необходимо подумать и сказать, что, по их мнению, будет чувствовать подросток или его родители при просмотре этой передачи.

«Могут ли чувства передаваться “по наследству?”, обсуждение и работа в тетради. Работа с рассказом "Рассказ сына".

Взаимосвязь разума и эмоций. «И это грустно, и это весело...». «Что чувствует человек, если...». «Одежда». Внимательный наблюдатель по одежде человека может догадаться о его эмоциональном состоянии. Предлагает им пофантазировать и закончить предложения. «Интернет-магазин “Веселье”». «Найди свой стул». Работа со сказкой. Ребята слушают и обсуждают сказку "Портфельчик"

Раздел 2. Социальное восприятие: как узнать другого человека (8 часов)

Как мы получаем информацию о человеке. Обучать подростков понимать других людей; содействовать оптимизации общения подростков с окружающими. «Понимать окружающих» Работа в тетради.

«Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов?».

«Почему невербальная коммуникация много говорит о человеке».

Игра «Как мы друг друга понимаем».

Учимся понимать жесты и позы. «Что чувствует человек, если ему в голову приходят мысли о...».

«Жесты и позы всегда говорят о чем-то». Ведущий рассказывает о том, что позы и жесты человека всегда несут определенную информацию. В качестве примера рассматриваются жесты и позы, которые содержат неосознанное стремление укрепить свой авторитет.

«Жесты, отражающие состояние человека».

Работа в тетради. Жесты, отражающие состояние («жесты-состояния»):

«Чемодан на отдых». Каждый подросток получает карточку, на которой написано название предмета одежды или мебели. Например: брюки, купальник, туфли, диван, холодильник и т. п. Ребята по очереди изображают водящему свои предметы.

Невербальные признаки обмана «Определи причину». «О чем говорят жесты». Подростки вспоминают, о чем могут говорить жесты. «У кого можно списать». «Врунишка».

Понимание причин поведения людей

«Определи причину», почему подростки любят различные телепередачи, «Почему необходимо уметь понимать причины поведения других людей».

«Как сказать о причинах своего поведения, чтобы нас поняли». «Как не делать ошибок в понимании». Впечатление, которое мы производим

«Первое впечатление». "Что мы помним о человеке" Работа в тетради. «Новый учитель». «Где происходит действие».

Что такое наблюдательная сензитивность. Развиваем наблюдательную сензитивность. «Кто изменил позу». «Кому необходима сензитивность», «Сыщики». "Подойди к ..." «Обложка учебника».

Раздел 3. Межличностная привлекательность: любовь и дружба (5 часов)

Привлекательность человека. способствовать рефлексии процесса общения со сверстниками. «Что привлекает в человеке», запись в тетради: «Виды привлекательности – физическая, коммуникативная, характерологическая, по сходству взглядов». «Какая привлекательность важнее». «Качества привлекательного человека». «Кто пришел в гости». «Путаница». «Волшебное превращение».

Взаимность или обоюдная привлекательность.

«Взаимная симпатия». «Легко ли проявлять симпатию». «Действия симпатии». «На спине – на доске». «Оторви хвостик».

Дружба. Четыре модели общения

«Модели общения». Дружить, но этому можно научиться.

«Что для тебя значимо». «Дружба в социальных сетях». «Три качества».

«На приеме у психолога». «Кто больше знает».

Романтические отношения или влюблённость.

«Влюбленность и любовь». В чем разница? В каком возрасте можно любить и влюбляться? Когда это помогает, а когда – мешает? В кого можно влюбиться? «Как поступить». «На приеме у психолога» (беседа с обсуждением проблем подростков). Игра «Спички». «Узнай свои качества».

Раздел 4. Взросление и изменение отношений с родителями (3 часа)

Взросление и отношения с родителями. Помочь подросткам улучшить взаимоотношения с родителями. «Чувство взрослости». «Взаимное понимание или непонимание». «Мешочек с животными». «Собери команду». «Взаимное доверие или недоверие». «Права и обязанности». «Конкурс разведчиков». «Меткий стрелок». «Роль родителей в жизни подростка».

Раздел 5. Я – концепция и ее ключевые компоненты (4 часа)

Я-концепция. Самоуважение. Самоконтроль. Содействовать расширению самосознания подростков. «Умственный мусор». «Корзина для мусора». «Общая деталь» (К. Фопель). «Общие руки» (К. Фопель).

Уверенность в себе. «Лишнее слово». «Самоуважение». «Высказывания».

«Умственный мусор «Уверенность в себе и внешность».

Пол как ключевой аспект Я. Я в «бумажном зеркале». «Отражение». Я мужчина, Я - женщина.

Раздел 6. Эмоциональный мир человека (7 часов)

Психические состояния и их свойства.

" Что такое состояние", " Опиши свое состояние"

Напряжение. «Что такое напряжение». «Виды напряжения». "Две реакции на перенапряжение", "Три толстяка".

Приемы внутренней регуляции состояния. Приемы саморегуляции.

«Контроль и регуляция тонуса мимических мышц». «Улыбка «Царевна Несмеяна». «Контроль и регуляция мышечной системы».

Возрастной аспект состояний: состояния подростков. " Виды кризисных состояний", " Приемы выхода из кризисных состояний".

Стресс. Стресс и стрессоустойчивость.

7. Итоговое занятие (1 час)

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п урока	НАЗВАНИЕ ТЕМЫ.	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1.	Введение	1	05.09	
2.	Создание группы, установление правил	1	12.09	
3.	Сплоченность группы. Закрепление правил	1	19.09	
4.	Здравствуй, пятый класс!	1	26.09	
5.	Находим друзей	1	03.09	
6.	Мы и наши близкие	1	10.10	
7-8.	Мы и наше настроение	2	17,24.10	
9-11.	Чего я боюсь?	3	7,14,21.11	
12.	Как преодолеть неуверенность в себе	1	28.11	
13-14.	У тебя все получится!	2	5,12.12	
15-16.	Наша агрессивность	2	19,26.12	
17.	Работа с негативными переживаниями	1	09.01	
18.	Что поможет мне учиться?	1	16.01	
19.	Легко ли быть учеником?	1	23.01	
20.	Учимся планировать	1	30.01	
21.	Готовим домашние задания	1	06.02	
22.	Мы и наши привычки (режим дня)	1	13.02	
23.	Мы и наши привычки (правила личной гигиены)	1	20.02	
24.	Мы и наши привычки (здоровое питание)	1	27.02.	
25.	Я учусь отдыхать	1	05.03.	
26.	Наши недостатки и наши достоинства	1	12.03	
27-29.	Конфликты или взаимодействие?	3	19.03;02, 09.04	
30-31.	Наши права и наши обязанности	2	16,23.04	
32.	Мы и наш класс	1	30.04	
33-34.	Все вместе	2	07,14.05	

№ п/п урока	НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
	Тренинговые занятия «Я – это интересно»	10	07.09	
1	Давайте вспомним...	1	14.09.	
2	Я расту, я меняюсь	1	21.09.	
3	Я – «сова» или «жаворонок»	1	26.09	
4	Я – уверенный, неуверенный или «рубый?»	1	03.10	
5	Я и моя безопасность	1	10.10	
6	Я и конфликты	1	17.10	
7	Я, мои одноклассники и одноклассницы	1	24.10	
8	Я, мои успехи и неудачи	1	09.11	
9	Кто я, какой я?	1	16.11	
	Самопознание	24		
11	Знакомство с собой	1	23.11	
12	Образ нашего «Я»	1	30.11	
13	Наше физическое «Я»	1	07.12	
14	Я и окружающие	1	14.12	
15-16	Как мы воспринимаем окружающий мир	2	21,28.12	
17	Как использовать наши сильные и слабые стороны	1	12.01	
18-20	Как мы думаем	3	18,25.01;01.02	
21-22	Внимание, внимание!	2	8,15.02	
23-24	О богине Мнемозине	2	22,29.02	
25	Наше воображение	1	07.03	
26-27	Мир эмоций. Настроение	2	14,21.03	
28-29	Наш темперамент	2	12,19.04	
30-31	Мой характер	2	26.04;03.05	
32	Мои потребности	1	17.05	
33	Мои способности	1	24.05	
34	Богатства личности	1		

№ п/п урока	НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	Кол-во Часов	Дата по плану	Дата по факту
1-2	Я – подросток. Что это значит?	2	07,14.09	
3	Характер и эмоции	1	21.09	
4-6	Страна чувств. Чувства «полезные» и «вредные»	3	28.09; 5, 12.10	
7-10	«Запретные» чувства. Какие чувства мы скрываем?	4	19, 26.10; 09, 16.11	
11	Нужно ли управлять своими эмоциями?	1	23.11	
12-14	Страхи и страшилки	3	30.11; 07, 14.12	
15	Побеждаем все тревоги	1	21.12	
16-18	Мой гнев, злость и агрессия	3	28.12; 11, 18.01	
19-20	Обида. Как простить обиду?	2	25.01; 01.02	
21	Я виноват?	1	08.02	
22	Что такое «стресс»	1	15.02	
23	Я умею бороться со стрессом	1	22.02	
24	Всегда ли полезны медикаменты?	1	29.02	
25	Риск – благородное дело?	1	07.03	
26	Умения принимать решение	1	14.03.	
27-30	Развиваем эмпатию	4	21.03; 04, 11, 18.04	
31	Тренировка «Я-высказываний»	1	25.04	

32	Комплименты	1	02.05	
33	Какой я на самом деле?	1	16.05	
34	Итоговое занятие. Моя линия жизни	1	23.05	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
классных руководителей
МБОУ Елизаветинской
СОШ Азовского района
от 15.08.2023 года № 1

_____ Гурова Е.А.
подпись руководителя

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

_____ Гурова Е.А.
16.08. 2023 года