

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования

Ростовской области

Азовский районный отдел образования

МБОУ Гусаревская СОШ Азовского района

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете

Протокол №1
от «28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

х.х.

Новоселова Н.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ Гусаревской СОШ

Ч.А.Толстых
Приказ №70
от «29» августа 2023 г.

Толстых Ю.Н.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеклассной деятельности
«Тропинка к своему Я»
6-9 классы
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Толстых Ю.Н.

х.Гусарева Балка

Аннотация

Рабочая программа кружка «Тропинка к своему «Я» разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ 4
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 05.07.2021 № 64101).
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69675).
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г. № 24480)
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» (Зарегистрирован Минюстом России 12.09.2022 № 70034).
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74223).
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74228).

Рабочая программа «Тропинка к своему Я» для 5-9 классов, рассчитана на 5 лет, по 1 часу в неделю для каждого класса – по 34 часа в год (всего 170 часов), реализуется в рамках организации внеурочной деятельности (ФГОС). Направленность: социальная.

Цель рабочей программы - формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни и социализации.

Задачи курса:

1. Способствовать успешной психологической адаптации учащихся к условиям обучения в основной школе.
2. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
3. Мотивировать к самопознанию и познанию других людей.
4. Развивать самосознание, самопринятие.
5. Содействовать формированию эго-идентичности.

6. Способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
7. Учить анализировать свое поведение, свои поступки и поступки других.
8. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
9. Учить распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать свои чувства и чувства другого человека.
10. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.
11. Прививать умение быть толерантными и терпимыми к недостаткам и особенностям других людей.
12. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника. Учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

I. Результаты освоения программы

Итогом работы по данной программе является сохранение психологического здоровья школьников, их успешная школьная адаптация и социализация: приобретение чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с ровесниками и взрослыми. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный жизненный путь будет более успешным и радостным.

5-6 классы *Предметные*

результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире; - начальные понятия социальной психологии; - начальные понятия конфликтологии.
- свои качества и повышать самооценку
- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции
- ответственность человека за свои чувства и мысли
- свои возрастные изменения
- различия между агрессией и агрессивностью
- собственное агрессивное поведение
- роль конфликтов в жизни человека
- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- собственные жизненные ценности

Познавательные УУД:

- ✓ учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- ✓ планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- ✓ адекватно воспринимать оценки учителей;
- ✓ уметь распознавать чувства других людей;
- ✓ обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
- ✓ уметь формулировать собственные проблемы

Регулятивные УУД:

- ✓ осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- ✓ осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- ✓ овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- ✓ научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- ✓ осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки; ✓ учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Коммуникативные УУД:

- ✓ учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- ✓ учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- ✓ учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- ✓ учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- ✓ формулировать свое собственное мнение и позицию;
- ✓ учиться толерантному отношению к другому человеку.

7-9 классы

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире; - основные понятия социальной психологии; - основные понятия конфликтологии.
- 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

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе)
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

Регулятивные УУД:

- 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
- Коммуникативные УУД:**
- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами
 - понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
 - самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями - преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку

Личностные универсальные учебные действия Выпускники

получат возможность научиться:

- ✓ усваивать нравственно-этические нормы и школьные нормы поведения
- ✓ учиться контролировать свои эмоции, быть эмоционально благополучным
- ✓ повышать уровень мотивации к учебной деятельности, понимать личную ответственность за результат учебной деятельности ✓ формировать адекватную самооценку
- ✓ учить делать нравственный выбор и давать нравственную оценку ✓ развивать рефлексию
- ✓ 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

II. Содержание программы

5 класс “Я начинаю меняться» (34 часа)

Раздел 1. Введение в мир психологии (1 час)

Зачем человеку занятия психологией

Раздел 2. Я – это Я (8 часов)

1. Кто я, какой я?
2. Я – могу.
3. Я нужен!
4. Я мечтаю.
5. Я – это мои цели.
6. Я – это мое детство.
7. Моя семья.
8. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.

Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (4 часа)

1. Чувства бывают разные.
2. Стыдно ли бояться?
3. Имею ли я право сердиться и обижаться?
4. Мои чувства.

Раздел 4. Я и мой внутренний мир (3 часа) 1.

Каждый видит мир и чувствует по-своему.

2. Любой внутренний мир ценен и уникален.
3. Мой внутренний мир.

Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир (3 часа)

1. Трудные ситуации могут научить меня.
2. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.
3. Личный опыт преодоления трудностей.

Раздел 6. Я и Ты (7 часов)

1. Я и мои друзья.
2. У меня есть друг.
3. Мои друзья.
4. Я и мои «колючки».
5. Что такое одиночество 6. Я не одинок в этом мире.
7. Счастье.

Раздел 7. Мы начинаем меняться (8 часов)

1. Нужно ли человеку меняться?
2. Зачем человеку меняться?
3. Самое важное – захотеть меняться.
4. Цель самоизменения.
5. Ресурсы самоизменения.
6. План самоизменения.
7. Изменения в жизни человека.
8. Заключительное занятие.

6 класс «Я повзрослел» (34 часа)

Раздел 1. Агрессия и ее роль в развитии человека (12 часов)

1. Мир чувств.
2. Я повзрослел.
3. Я повзрослел (продолжение).
4. У меня появилась агрессия.
5. Как выглядит агрессивный человек?

6. Как звучит агрессия?
7. Конструктивное реагирование на агрессию.
8. Конструктивное реагирование на агрессию (продолжение).
9. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.
10. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми (продолжение).
11. Учимся договариваться.
12. Учимся договариваться (продолжение).

Раздел 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (13 часов)

1. Зачем человеку нужна уверенность в себе?
2. Источники уверенности в себе.
3. Источники уверенности в себе (продолжение).
4. Какого человека мы называем неуверенным в себе?
5. Какого человека мы называем неуверенным в себе? (продолжение)
6. Я становлюсь увереннее.
7. Уверенность и самоуважение.
8. Уверенность и самоуважение (продолжение).
9. Уверенность и уважение к другим.
10. Уверенность и уважение к другим (продолжение).
11. Уверенность в себе и милосердие.
12. Уверенность в себе и непокорность.
13. Уверенность в себе. Игры с именем.

Раздел 3. Конфликты и их роль в усилении Я (5 часов)

1. Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.
2. Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.
3. Конструктивное разрешение конфликтов.
4. Конфликт как возможность развития.
5. Готовность к разрешению конфликта.

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

1. Что такое ценности?
2. Ценности и жизненный путь человека.
3. Мои ценности.
4. Заключительное занятие.

7 класс «Я и другие» (34 часа)

Раздел 1. Эмоциональная сфера человека (9 часов)

1. Почему нам нужно изучать чувства.
2. Основные законы психологии эмоций.
3. Основные законы психологии эмоций.
4. Запреты на чувства.
5. Запреты на чувства. Страх
6. Запреты на чувства. Гнев и агрессия
7. Запреты на чувства. Обида
8. Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству
9. Психогигиена эмоциональной жизни. Властелин эмоций

Раздел 2. Социальное восприятие: как узнать другого человека (16 часов)

1. Как мы получаем информацию о человеке.
2. Учимся понимать жесты и позы.
3. Учимся понимать жесты и позы.
4. Жесты.
5. Жесты.
6. Невербальные признаки обмана.
7. Понимание причин поведения людей.
8. Понимание причин поведения людей.
9. Впечатление, которое мы производим.
10. Впечатление, которое мы производим.
11. Из чего складывается впечатление о человеке?

12. Способы понимания социальной информации.
13. Способы понимания социальной информации.
14. Влияние эмоций на познание.
15. Влияние эмоций на познание.
16. Обобщение темы.

Раздел 3. Межличностная привлекательность: любовь, дружба (9 часов)

1. Привлекательность человека.
2. Взаимность или обоюдная привлекательность.
3. Дружба. Четыре модели общения.
4. Романтические отношения или влюбленность.
5. Любовь.
6. Половая идентичность и ее развитие у подростков.
7. Переживание любви.
8. Что помогает и мешает любви.
9. Заключительное занятие.

8 класс «Я познаю себя» (34 часа)

Раздел 1. Я – концепция и ее ключевые компоненты» (14 часов)

1. Я - концепция.
2. Самоуважение.
3. Самоуважение. Опросник самоотношения В.В. Столина.
4. Самоконтроль.
5. Самоконтроль. Сила воли.
6. Самоэффективность.
7. Пол как ключевой аспект Я.
8. Личностные особенности мужчин и женщин.
9. Личностные особенности мужчин и женщин: Портрет мужчины. Портрет женщины (внешность, характер, поведение).
10. Личностные особенности мужчин и женщин: уметь принять
11. Личностные особенности мужчин и женщин: посоветуй себе.

12. Личностные особенности мужчин и женщин: мы такие разные.

13. Картина моей личности. Окно Джо Гарри.

14. Реальное, идеальное, социальное – Я.

Раздел 2. Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель (6 часов)

1. Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель.
2. Внутренний Ребенок: какой он?
3. Внутренний Ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся.
4. Внутренний Родитель может быть разным: заботливым и контролирующим.
5. Внутренний Взрослый: истинный и мнимый.
6. Мои три эго-состояния (арт-техника).

Раздел 3. Эмоциональный мир человека (10 часов)

1. Эмоции и чувства.
2. Психические состояния и их свойства.
3. Напряжение.
4. Настроение.
5. Настроение и активность человека.
6. Как управлять своим состоянием.
7. Как изменить состояние.
8. Возрастной аспект состояний: состояния подростков.
9. Стress.
10. Мои ресурсы.

Раздел 4. Мотивационная сфера человека (4 часа)

1. Мотив и его функции. «Борьба мотивов» 2.
- Привычки, интересы, мечты.
3. Мотивация помощи и альтруистического поведения.
4. Заключительное занятие.

9 класс «Мир начинается с меня» (33 часа)

Раздел 1. Вводно-мотивационная тема (2 часа)

1. Знакомая незнакомка (о науке психологии, о деятельности психолога).
2. Я-автор событий в своей жизни.

Раздел 2. Общение – это... (7 часов)

1. Общение - это...
2. Учимся слушать.
3. Техники активного слушания.
4. Ораторами не рождаются.
5. Язык жестов.
6. Детектор лжи.
7. Манипуляция.

Раздел 3. Характер (1 час) Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты.

Раздел 4. Поведение (1 час)

Что такое поведение

Раздел 5. Самооценка (2 часа)

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

Раздел 6. Эмоции и чувства (2 часа)

1. Мир эмоций.
2. В поисках мирного выражения чувств.

Раздел 7. Технология успеха (12 часов)

1. Выявление лидерских качеств.
2. Достижение успеха.
3. От самоопределения к самореализации.

4. Судно, на котором я плыву.
5. Как правильно писать резюме.
6. Психология менеджмента.
7. Менеджер своей жизни.
8. Школа самопрезентации.
9. Самопрезентация.
10. Азбука делового человека.
11. Редакция примет на работу.
12. Принятие решений.

Раздел 8. На пороге взрослой жизни (2 часа)

1. Прошлое-настоящее-будущее.
2. На пороге взрослой жизни.

Раздел 9. Мир начинается с тебя (4 часа)

1. Мир начинается с тебя.
2. Карта внутренней страны.
3. На острове Радости и Успеха.
4. Заключительное занятие.

III. Тематическое планирование

5 класс

№ урока	Дата	Модули, темы урока
Раздел I. Введение в мир психологии (1ч) https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php		
1		Зачем человеку нужны занятия психологии
Раздел II. Я – это Я (8 ч) https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php		
2		Кто я, какой я?

3		Я – могу.
4		Я нужен!
5		Я мечтаю.
6		Я – это мои цели.
7		Я – это мое детство.
8		Моя семья.
9		Я – это мое настоящее. Я - это мое будущее.

Раздел III. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (4 ч)

<https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://topslide.ru/raznoe/uchimsia-vyrazhat-svoi-chuvstva>

<https://edupres.ru/other/varia/file/27026-my-ispolzuem-raznye-chuvstva>

10		Чувства бывают разные.
----	--	------------------------

11		Стыдно ли бояться?
12		Имею ли я право сердиться и обижаться?
13		Мои чувства.

Раздел IV. Я и мой внутренний мир (3 ч)

<https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-s-elementami-trening-a-vidim-slishim-chuvstvuem-dumaem-ili-kak-mi-poznaemokruzhayuschim-mir-1649774.html>

<https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-unikalnost-vnuttrennego-mira-4312470.html>

14		Каждый видит мир и чувствует его по-своему.
15		Любой внутренний мир ценен и уникален.
16		Мой внутренний мир.

Раздел V. Кто в ответе за мой внутренний мир (3 ч) <https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-gruppovomu-zanyatiyu-trudnie-zhiznennie-situacii-3833799.html>

17		Трудные ситуации могут научить меня...
18		В трудной ситуации я ищу силы внутри себя, и она обязательно найдется.
19		Личный опыт преодоления трудностей.

Раздел VI. Я и Ты (7 ч) <https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-ya-i-moi-kolyuchki-4293478.html>

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-chto-takoe-odinochestvo-4273527.html> <https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-ya-ne-odinok-v-etom-mire-4293482.html>

20		Я и мои друзья.
21		У меня есть друг.
22		Мои друзья.
23		Я и мои «коляски».
24		Что такое одиночество?
25		Я не одинок в этом мире.
26		Счастье.

Раздел VII. Мы начинаем меняться (8 ч) <https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-nuzhno-li-cheloveku-menyaetsya-4343069.html>

27		Нужно ли человеку меняться?
28		Зачем человеку меняться?
29		Самое важное – захотеть меняться.
30		Цель самоизменения.
31		Ресурсы самоизменения.
32		План самоизменения.
33		Изменения в жизни человека.
34		Заключительное занятие.
Итого		34 ч

6 класс

№ урока	Дата	Модули, темы урока

Раздел I. Агрессия и ее роль в развитии человека (12 ч) <https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://infourok.ru/interaktivnoe-zanyatie-ya-povzroslel-u-menya-poyavilas-agressiya-4342018.html>

<https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/11/10/prezentatsiya-k-teme-agressiya>

<https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-uchaschihsya-po-obscheniyu-uchimsya-dogovarivatsya-dlya-klassa-1384084.html>

1	06.09	Мир чувств.
2	13.09	Я повзросел.
3	20.09	Я повзросел.
4	27.09	У меня появилась агрессия
5	04.10	Как выглядит агрессивный человек?
6	11.10	Как звучит агрессия?
7	18.10	Конструктивное реагирование на агрессию.
8	25.10	Конструктивное реагирование на агрессию
9	08.11	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.
10	15.11	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми
11	22.11	Учимся договариваться.
12	29.11	Учимся договариваться.

Раздел II. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (13 ч)

<https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php>

<https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2016/05/14/prezentatsiya-na-temu-ya-stanovlyus-uverennnee>

<https://infourok.ru/prezentaciya-uverennoe-i-neuverennoe-povedenie-2196443.html>

13	06.12	Зачем человеку нужна уверенность в себе?
14	13.12	Источники уверенности в себе.
15	20.12	Источники уверенности в себе.
16	27.12	Какого человека мы называем неуверенным в себе?
17	10.01	Какого человека мы называем уверенным в себе?
18	17.01	Я становлюсь увереннее.
19	24.01	Уверенность и самоуважение.
20	31.01	Уверенность и самочувствие.
21	07.02	Уверенность и уважение к другим.
22	14.02	Уверенность и уважение к другим.
23	21.02	Уверенность в себе и милосердие.
24	28.02	Уверенность в себе и непокорность.

25	06.03	Уверенность в себе. Игры с именем.
Раздел III. Конфликты и их роль в усилении Я (5 ч) https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php		
https://infourok.ru/chto-takoe-konflikt-konflikti-v-shkole-doma-na-ulice-2646491.html		
https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-sposoby-povedeniya-v-konflikte-4259788.html		
https://infourok.ru/prezentaciya-konstruktivnoe-razreshenie-konfliktov-1748143.html		
26	13.03	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.
27	20.03	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.
28	03.04	Конструктивное разрешение конфликтов.
29	10.04	Конфликт как возможность развития.
30	17.04	Готовность к разрешению конфликта.
Раздел IV. Ценности и их роль в жизни человека (4 ч) https://pandia.ru/text/78/036/352-6.php		
https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-cennosti-i-ih-rol-v-zhizni-cheloveka-4343086.html		
https://infourok.ru/zanyatie-moi-zhiznennye-cennosti-s-prezentaciej-4065968.html		
31	24.04	Что такое ценности?
32	08.05	Ценности и жизненный путь человека.
33	15.05	Мои ценности.
34	22.05	Заключительное итоговое занятие
Итого	34 ч.	

7 класс

№ урока	Дата	Модули, темы урока

Раздел I. Эмоциональная сфера человека (9 ч)

https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1

<https://infourok.ru/klass-zanyatie-na-temu-zapreti-na-chuvstva-3784881.html>

<http://www.myshared.ru/slides/1060381/>

<https://znanio.ru/media/prezentatsiya-vlastelin-emotsij-2649257>

1	06.09	Почему нам нужно изучать чувства.
2	13.09	Основные законы психологии эмоций
3	20.09	Основные законы психологии эмоций.
4	27.09	Запреты на чувства.
5	04.10	Запреты на чувства. Страх
6	11.10	Запреты на чувства. Гнев и агрессия
7	18.10	Запреты на чувства. Обида
8	25.10	Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству
9	08.11	Психигиена эмоциональной жизни. Властелин эмоций

Раздел II. Социальное восприятие: как узнать другого человека (16 ч)

https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-na-temu-kak-my-poluchаем-informaciyu-o-cheloveke-7-klass-4671480.html>

<https://znanio.ru/media/prezentatsiya-uchimsya-ponimat-zhesty-i-pozy-2649250>

<https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zhesti-1801799.html>

10	15.11	Как мы получаем информацию о человеке.
11	22.11	Учимся понимать жесты и позы.
12	29.11	Учимся понимать жесты и позы.
13	06.12	Жесты
14	13.12	Жесты
15	20.12	Невербальные признаки обмана.
16	27.12	Понимание причин поведения людей.
17	10.01	Понимание причин поведения людей.
18	17.01	Впечатление, которое мы производим.
19	24.01	Впечатление, которое мы производим.
20	31.01	Из чего складывается впечатление о человеке?
21	07.02	Способы понимания социальной информации.
22	14.02	Способы понимания социальной информации.
23	21.02	Влияние эмоций на познание.

24	28.02	Влияние эмоций на познание.
25	06.03	Обобщение темы.
Раздел III. Межличностная привлекательность: любовь, дружба (9 ч)		
https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1		
https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-romanticheskie-otnosheniya-ili-vlyublyonnost-4265166.html		
https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-polovaya-identichnost-i-eyo-razvitie-u-podrostkov-4302277.html		
26	13.03	Привлекательность человека.
27	20.03	Взаимность или обоюдная привлекательность.
28	03.04	Дружба. Четыре модели общения.
29	10.04	Романтические отношения или влюбленность.
30	17.04	Любовь.
31	24.04	Половая идентичность и ее развитие у подростков.
32	08.05	Переживание любви.
33	15.05	Что помогает и мешает любви.
34	22.05	Заключительное занятие.
Итого	34 ч.	

8 класс

№ урока	Дата	Модули, темы урока
Раздел I. Я концепция и ее ключевые компоненты (14 ч)		
https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1		
https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2014/03/11/prezentatsii-po-psikhologii		
https://www.b17.ru/blog/103550/		
https://myslide.ru/presentation/skachat-realnaya-i-idealnaya-yakoncepcii		

1	07.09	Я – концепция.
2	14.09	Самоуважение.
3	21.09	Самоуважение. Опросник самоотношения В.В. Столина.
4	28.09	Самоконтроль.
5	05.10	Самоконтроль. Сила воли.
6	12.10	Самоэффективность.
7	19.10	Пол как ключевой аспект Я.

8	26.10	Личностные особенности мужчин и женщин.
9	09.11	Личностные особенности мужчин и женщин: Портрет мужчины. Портрет женщины (внешность, характер, поведение)
10	16.11	Личностные особенности мужчин и женщин: уметь принять.
11	23.11	Личностные особенности мужчин и женщин: посоветуй себе.
12	30.11	Личностные особенности мужчин и женщин: мы такие разные.
13	07.12	Картина моей личности. Окно Джо Гарри.
14	14.12	Реальное, идеальное, социальное – Я.

Раздел II. Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель (6 ч)

https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-praktikumu-po-psihologii-na-temu-osnovnie-sostoyaniya-cheloveka-rebyonok-vzrosliy-roditel-3842480.html>

15	21.12	Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель.
16	28.12	Внутренний Ребенок: какой он.
17	11.01	Внутренний Ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся.
18	18.01	Внутренний Родитель может быть разным: заботливым и контролирующим.
19	25.01	Внутренний Взрослый: истинный и мнимый.
20	01.02	Мои три эго-состояния (арт-техника).

Раздел III. Эмоциональный мир человека (10 ч)

https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-na-temu-psihicheskie-sostoyaniya-1378896.html>

21	08.02	Эмоции и чувства.
----	-------	-------------------

22	15.02	Психические состояния и их свойства.
23	22.02	Напряжение.
24	29.02	Настроение.
25	07.03	Настроение и активность человека.
26	14.03	Как управлять своим состоянием.
27	21.03	Как изменить состояние.
28	04.04	Возрастной аспект состояний: состояния подростков.
29	11.04	Стресс.
30	18.04	Мои ресурсы.

Раздел IV. Мотивационная сфера человека (4 ч)

https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkol/?just_bought=1
<https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-motivaciya-2092975.html>

31	25.04	Мотив и его функции. «Борьба мотивов».
32	02.05	Привычки, интересы, мечты.
33	16.05	Мотивация помощи и альтруистического поведения.
34	23.05	Заключительное занятие.
Итого		34 ч.

9 класс

№ урока	Дата	Модули, темы урока
Раздел I. Вводно-мотивационная тема (2 ч)		
1	01.09	Знакомая незнакомка (о науке психологии, о деятельности психолога).
2	08.09	Я – автор событий в своей жизни.
Раздел II. Общение – это ... (7 ч)		
https://infourok.ru/prezentaciya-umenie-slushat-vidy-slushaniya-tehnika-aktivnogo-slushaniya-4984874.html http://900igr.net/prezentacija/bez_uroka/oratorami-ne-rozhdajutsja-imi-stanovjatsja-123949.html https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-na-temu-manipulyaciya-3575864.html		
3	15.09	Общение – это...
4	22.09	Учимся слушать.

5	29.09	Техники активного слушания.
6	06.10	Операторами не рождаются.
7	13.10	Язык жестов.
8	20.10	Детектор лжи.
9	27.10	Манипуляция.

Раздел III. Характер (1 ч) <https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-na-temu-harakter-klass-1780006.html>

10	10.11	Психология характера. Интеллектуальные, эмоциональные и волевые черты.
----	-------	--

Раздел IV. Поведение (1 ч)

11	17.11	Что такое поведение?
----	-------	----------------------

Раздел V. Самооценка (2 ч)

<https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-samoocenka-5062285.html>

<https://multiurok.ru/files/prizentatsiya-po-tiemie-samootsienka.html>

<https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2016/10/15/prosto-pover-v-sebya>

12	24.11	Самооценка. Роль самооценки в жизни человека.
----	-------	---

13	01.12	Поверь в себя.
----	-------	----------------

Раздел VI. Эмоции и чувства (2 ч) <https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-mir-emociy-2472593.html>

<https://nsportal.ru/shkola/rabota-s-roditelyami/library/2014/04/17/emotsii>

<http://900igr.net/prezentacija/pedagogika/problemy-pedagogicheskoy-etiki-i-zadachi-psikhologo-pedagogicheskogo-soprovozhdenija-70483/v-poiskakh-mirnogo-vyrazhenija-chuvstv-12.html>

14	08.12	Мир эмоций.
----	-------	-------------

15	15.12	В поисках мирного выражения чувств.
----	-------	-------------------------------------

Раздел VII. Технология успеха (12 ч)

<https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-vyyavlenie-liderskikh-kachestv-4302325.html> <https://infourok.ru/prezentaciya-k-zanyatiyu-na-temu-ot-samoopredeleniya-k-samorealizacii-4281119.html> <https://infourok.ru/prezentaciya-pravila-sostavleniya-rezyume-4379433.html>

<https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-psihologiya-menedzhmenta-3983252.html>

16	22.12	Выявление лидерских качеств.
----	-------	------------------------------

17	29.12	Достижение успеха.
----	-------	--------------------

18	12.01	От самоопределения к самореализации.
----	-------	--------------------------------------

19	19.01	Судно, на котором я плыву.
----	-------	----------------------------

20	26.01	Как правильно писать резюме.
21	02.02	Психология менеджмента.
22	09.02	Менеджер своей жизни.
23	16.02	Школа самопрезентации.
24	01.03	Самопрезентация.
25	15.03	Азбука делового человека.
26	22.03	Редакция примет на работу.
27	05.04	Принятие решений.

Раздел VIII. На пороге взрослой жизни (2 ч)

<https://nsportal.ru/npo-spo/metallurgiya-mashinostroenie-i-materialoobrabotka/library/2015/11/02/klassnyy-chas-na-poroge>
https://easyen.ru/load/klassnye_chasy/chelovechestvo/prezentacija_proshloe_nastojashhee_i_budushhee/212-1-0-70343

28	12.04	Прошлое – настоящее – будущее.
29	19.04	На пороге взрослой жизни.

Раздел IX. Мир начинается с тебя (4 ч)

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-mir-nachinaetsya-s-menya-1030451.html>
<https://infourok.ru/prezentaciya-na-ostorve-radosti-i-uspeha-2641020.html>

30	26.04	Мир начинается с тебя.
31	03.05	Карта внутренней страны.
32	17.05	На острове радости и успеха.
33	24.05	Заключительное занятие.
Итого		33 ч.