

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 38 г.Новошахтинск

«Рассмотрено»
Руководитель
ШМО
_____/_____
Писёк Т.И. /
Протокол №4
« 28 » августа
2024 г.

«Согласовано»
Заместитель
директора
по УВР
_____/Евсеева Е.В./
« 28 » августа 2024 г.

«Утверждаю»
Директор
школы

/Ермакова Т.В. /
Приказ №70
« 31 » августа
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Школа юного психолога»
5-6 классы

Учитель: Евсеева Людмила Валентиновна
1 категория

2024 - 2025 учебный год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психологии для 5,6 –х классов составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания основного общего образования, примерной программой по психологии.

Программа «Школа юного психолога» разработана на основе программы развивающих занятий в 5 классе «Тропинка к своему Я»: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы)», Хухлаева О.В., рекомендованной Федерацией психологов образования России для использования в образовательных учреждениях и программы адаптации детей к средней школе Е.Г. Коблик «Первый раз в пятый класс!»

Актуальность. В средней школе психологическое здоровье является целью психологической поддержки подростков, находящихся на этапе возрастного кризиса. В этом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и разного рода нарушений развития. Рабочая программа групповых занятий для младших подростков с одной стороны, обеспечивает *формирование психологического здоровья* в соответствии с его трехкомпонентной структурой, а с другой — *выполняет возрастные задачи развития*.

Основные направления групповой работы по *формированию психологического здоровья*: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

- ✳ *Аксиологическое направление* учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки.
- ✳ *Инструментальное направление* формирует умение осознавать свои чувства, понимать и описывать свои эмоциональные состояния и состояния других людей, причины поведения, последствия своих поступков и других людей, строить жизненные планы, помогает личностной рефлексии ребенка.
- ✳ *Потребностно-мотивационное* направление определяет наличие у подростка потребности в саморазвитии, умения сделать выбор, готовности нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизминении и личностном росте.

Развивающее направление обеспечивает формирование

- ✳ поло-ролевого поведения,
- ✳ понимание ощущения собственной целостности, активности и жизненной силы,
- ✳ осознания собственной ценности и компетентности,
- ✳ осознания себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего

Цель программы:

- формирование и сохранение психологического здоровья младших подростков через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни

Задачи программы:

1. Мотивирование детей к самопознанию и познанию других людей;
2. Формирование положительной «Я» – концепции и устойчивой самооценки;
3. Формирование и развитие социально приемлемых форм поведения в обществе;
4. Развитие эмоционально-чувственной и волевой сферы личности как основы социально-психологического здоровья, позитивного отношения к жизни, гуманных взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, целеустремленности и настойчивости в достижении результатов

Изучение курса «Юный психолог» важно с точки зрения реализации поставленных стандартом целей образования.

Принципы реализации программы:

1. «Здесь и сейчас» – разговор о том, что происходит в группе в каждый конкретный момент; исключение общих, абстрактных рассуждений.
2. Персонификация высказываний – отказ от обезличенных суждений типа «обычно считается», «некоторые здесь полагают» и т. п., замена их адресными: «я считаю», «я полагаю».
3. Акцентирование языка чувств – избегание оценочных суждений, их замена описанием собственных эмоциональных состояний (не «ты меня обидел», а «я почувствовал обиду, когда ты...»).
4. Активность – включенность в интенсивное межличностное взаимодействие каждого из членов группы, исследовательская позиция участников.
5. Доверительное общение – искренность, открытое выражение эмоций и чувств.
6. Конфиденциальность – рекомендация не выносить содержание общения, развивающегося в процессе тренинга, за пределы группы. Возможность структурировать общение в соответствии с этими принципами дают правила тренинга, которые обычно обсуждаются в группе и принимаются на первом же занятии
7. *Принцип оздоровительной направленности* обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Структурирование программного материала.

Занятия строятся по определенной схеме, имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием, в зависимости от этапа работы, его целей и задач, от индивидуальных особенностей учащихся.

По своей структуре урок делится на **вводную часть, основную и заключительную.**

- **Задачей вводной части** является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно. В качестве приема создания положительного эмоционального фона может выступить просьба учителя улыбнуться друг другу и сказать добрые слова. Важным моментом вводной части является выполнение упражнений

для улучшения мозговой деятельности. Для каждого урока подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном уроке.

- ☉ **Задания для основной части занятия** подобраны с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для коллективной работы в классе. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий. Для предотвращения снижения интереса учащихся к повторным выполнениям одного и того же задания обеспечивается разнообразие внешнего оформления содержания ряда заданий. Здесь реализуется принцип «спирали», т.е. возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.
- ☉ **Задача заключительной части занятия** состоит в подведении итогов занятия, обсуждении результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопрос, чем же они занимались и чему научились на данном уроке «Интересное – полезное»
Все этапы взаимосвязаны и направлены на реализацию поставленных целей и задач программы сопровождения.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Рабочая программа «*Школа юного психолога* » дает возможность школьнику познакомиться с закономерностями мира общения, особенностями коммуникации в современном мире; осознать важность другого человека в своей жизни, определить стиль собственного выбора для достижения успехов в личной и общественной жизни.

Краткая характеристика курса

В структуре курса можно выделить три смысловых блока:

Первый блок – «*Введение в психологию общения*» даёт представление о

- ☉ навыках эффективного взаимодействия и сотрудничества;
- ☉ осмыслении своих отношений с одноклассниками и развитие собственных коммуникативных возможностей;
- ☉ собственном «Я» и рефлексивной позиции в сфере общения.

Сведения этого блока развивают умения школьников выстраивать коммуникацию со сверстниками и взрослыми, ориентироваться в ситуации общения.

Второй блок– «*Эмоции*»– даёт сведения о

- ☉ роли эмоций в общении, как смена эмоций влияет на характер общения;
- ☉ роли другого человека в смене собственных эмоций;
- ☉ выражение своих эмоций для развития отношений;

- ⊗ развитие понимания эмоций других, формирование сопереживания и сочувствия.

Третий блок – **«Психология отношений: Ты – Я – Он/Она = Мы»** – даёт сведения о

- ⊗ причинах ссор, умению действовать согласованно;
- ⊗ содержании понятия «конфликт» и «контакт», способности эффективно взаимодействовать и сотрудничать;
- ⊗ качествах личности необходимых для эффективного сотрудничества;
- ⊗ отличии восприятия себя и тем как тебя воспринимают другие;
- ⊗ навыках невербального общения;
- ⊗ толерантных отношениях к другим, опыте, как сотрудничество, так и конкуренции.

Сведения этого блока развивают умения сотрудничать, оставаться в отношениях находясь в конкуренции или конфликте, что позволяет прояснять отношения и делает дружбу крепче.

Сведения этого блока развивают чувствительность к себе и другому, умению адекватно выражать эмоции и проявлять сопереживание.

Обучение по программе *«Школа юного психолога»* должно опираться и на опыт школьников, приводить их к осмыслению своего и чужого опыта общения, успешному решению практических задач, которые ставит перед школьниками жизнь. Такие творческие, продуктивные задачи

– основа учебных пособий, а теоретические сведения, понятия даются лишь постольку, поскольку они необходимы для решения практических задач.

Преподавание курса основано на деятельностном подходе как основном способе получения знаний и развития коммуникативных умений – школьники анализируют примеры общения, реализуют свои высказывания в соответствии с изученными правилами.

Программа «Школа юного психолога» представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арт-терапии, групповые дискуссии.

Программа имеет большой развивающий потенциал, так как содержит достаточное количество активных форм и методов обучения для интеллектуального, эмоционально – волевого и личностного развития обучающихся. Курс занятий предлагает воспитание интереса к новым научным знаниям, имеющим значение в разных сферах жизни человека. Создаются условия для рефлексии, мотивации на самопознание, саморазвитие, условия для эффективного группового взаимодействия. Школьник начинает сознательно пользоваться эффективными приёмами учебного труда. Ребёнок получает навыки учебного сотрудничества в паре, группе, команде. Дети сознательно и активно начинают заботиться о своём здоровье, получают навыки здоровьесбережения.

Методические средства

- ★ ***Психологическая информация.*** Достаточно эффективным методом, способствующим углублению их самосознания, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.

- ✿ *Интеллектуальные задания.* Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.
- ✿ *Ролевые методы.* Общеизвестно, что для обеспечения психологического здоровья необходимо адекватное ролевое развитие. Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном варианте.
- ✿ *Коммуникативные игры.* Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. А также существует ряд игр, способствующих углублению осознания сферы общения.
- ✿ *Игры, направленные на развитие воображения.* Их можно разделить на две группы: вербальные и невербальные игры. В вербальных играх подростки придумывают окончание к той или иной необычной ситуации, невербальные игры предполагают изображение подростками того или иного неживого предмета.
- ✿ *Задания с использованием терапевтических метафор.* Можно выделить две основные группы метафор. Первая группа направлена на работу с типичными проявлениями или/и трудными ситуациями подросткового возраста, например, чувством одиночества, стремлением к получению внимания (пусть даже негативного) взрослых. Вторая группа включает в себя сказки развивающего характера, способствующие решению ими возрастных задач развития. Систематическая работа с метафорами приводит к усвоению основной идеи метафоры: в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху.
- ✿ *Задания на формирование «эмоциональной грамотности».* Эти задания предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умению принимать чувства другого человека в конфликтных ситуациях.
- ✿ *Когнитивные методы.* Эти методы основываются на утверждении, что первопричиной эмоциональных расстройств является наличие у человека некоторых мешающих ему убеждений. Исходя из этого, необходим пересмотр мировоззрения.
- ✿ *Дискуссионные методы.* Одним из ведущих методов, используемых в социально-психологическом тренинге, является групповая дискуссия. Она позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на какую-либо проблему.

На занятиях используются следующие **приемы**:

- ✓ творческие задания,
- ✓ реверсированная мозговая атака,
- ✓ ассоциации,
- ✓ коллективная запись,
- ✓ эвристические вопросы,
- ✓ приемы, способствующие удержанию внимания:
 - динамичность;
 - наглядность;

- неофициальность;
- прямое обращение к аудитории, диалог;
- использование неожиданной информации;
- сопоставление всех «за» и «против»; юмор

Компоненты здоровьесберегающих технологий: *психогимнастика, релаксация.*

Используются следующие формы обучения: фронтальная, индивидуальная, работа в парах, в малых и больших группах.

Групповая форма работы наиболее успешно происходит нейтрализация психологического барьера, как правило, имеющегося у учащихся, что позволяет детям чувствовать себя равным членом группы и способствует формированию «Я-Концепции», стрессоустойчивости, адекватной самооценки к различным психологическим факторам, формированию. Групповая работа также предоставляет возможность для развития коммуникативных навыков и навыков общения, необходимых для установления дружественных и деловых контактов с взрослыми и сверстниками

ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся 5,6 классов. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности физического, психологического и социального здоровья. На реализацию программы в 5-6 классах отводится 68 часа, 34 часа в год (1ч в неделю). В 2024-2025 учебном году будет проведено в 5,6 классах по 34 часа.

Режим занятий:

Период обучения	Количество занятий в неделю	Длительность занятия /час/	Всего часов в неделю	Всего часов в год
5 класс	1	40 мин	1	33
6 класс	1	40 мин	1	33

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

- ✱ Эти результаты в обобщенном виде можно охарактеризовать с точки зрения достижения установленных стандартом требований к результатам обучения учащихся: на уровне **личностных результатов**

- ☐ «*овладение начальными навыками адаптации в динамично развивающемся мире*»;
- ☐ «*развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе*»;
- ☐ «*развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей*» и т.д.;

- ✱ на уровне **метапредметных результатов**

- ☐ «*овладение навыками коммуникации в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации*»;
- ☐ «*овладение рефлексией и саморегуляцией*»;
- ☐ «*готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий*»;
- ☐ «*соблюдение нормы информационной избирательности, этики и этикета*»; и т.д.;

Личностными результатами изучения курса «Юного психолога» является формирование следующих умений:

- ☉ *осознавать* себя пятиклассником, свое личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- ☉ *осознавать* границы того, «что я знаю» и «что я не знаю», стремление преодолению разрыва между этими областями;
- ☉ *оценивать* усвоенное содержание исходя из социальных и личностных ценностей;
- ☉ *отделять* оценку поступка от оценки человека;
- ☉ *признавать* расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, мнениями;

- ☉ *строит* отношения с людьми других мировоззрений.

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

- ☉ *делать* выводы в результате работы класса;
- ☉ *осуществлять* подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделение существенных признаков и их синтез;
- ☉ *планировать* свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации
- ☉ *оценивать* правильность выполнение действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;
- ☉ *использовать* адекватные речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- ☉ *в инициативном сотрудничестве* допускать возможность существования у людей различных точек зрения;
- ☉ *делать простые выводы и обобщения* в результате совместной работы класса;
- ☉ *находить* аргументы, факты, отстаивая свое мнение;
- ☉ *уважать* позицию другого, идти на взаимные уступки, влиять на поведение друг друга.

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

Критериями эффективности программы являются:

- ☉ мотивация на саморазвитие;
- ☉ повышение коммуникативной компетентности;
- ☉ активность и продуктивность учеников в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Объективными методами измерения эффективности программы служат **диагностические опросные методы**.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА 5 ,6 КЛАСС (34 ЧАСОВ)

I. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ (6 ЧАСА)

1. Введение в психологию общения

Создание игровой атмосферы для общения друг с другом. Познакомиться с правилами школьной жизни и социальной позицией пятиклассника. Мотивировать учащихся на познание самих себя.

2. Стартовая деятельность.

II. ЭМОЦИИ (8 ЧАСА)

1. Я и мой внутренний мир

Изучение эмоционального мира, осознание своих эмоций. Обозначение эмоций и понимание их через жесты. Дифференцированность различных эмоций и их выражение через рисунок.

III. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ: ТЫ – Я – ОН/ОНА =МЫ (13 ЧАСОВ)

1. Конфликты и их роль в усилении Я

Причины возникновения ссор. Качества необходимые для эффективного взаимодействия. Я в глазах других. Развитие коммуникативных способностей. Особенности отношений с представителями противоположенного пола.

2. Я и ТЫ

Навыки совместной деятельности. Работа в команде. Правила доброжелательного и эффективного общения. Развитие понимания сходства и различий между людьми. Каждый человек уникален и индивидуален.

МЫ НАЧИНАЕМ МЕНЯТЬСЯ (6 ЧАСОВ)

3. Мы начинаем меняться

Уверенное поведение. Уважение к другим людям. Постановка целей.

IV. ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС)

1. Заключение. (1 час)

Диагностические задания на выявление динамики развития личностных и метапредметных УУД.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5,6 КЛАСС

№ п/п	Наименование блока, раздела и тем	Часы учебного времени	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
I. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ (3 ЧАСА): • СТАРТОВАЯ ДИАГНОСТИКА (6 ЧАС)			
1	Здравствуй 5 класс!	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии, самопрезентация. Интеллектуальные задания. Диагностические задания на выявление уровня развития метапредметных УУД. <i>Уметь</i> поддерживать рабочую активную позицию
2	Находим друзей	2	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие. Когнитивная игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на общение. <i>Уметь</i> видеть ситуацию с разных сторон

3	Узнай свою школу	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, на развитие рефлексии. Ролевая игра. Интеллектуальные задания. <i>Использовать</i> важные личностные качества для выстраивания отношений.
II. ЭМОЦИИ (8 ЧАСА)			
4	Каждый видит мир и чувствует его по-своему	3	Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> применять знания внутреннего мира для создания отношений. <i>Подчеркнуть</i> ответственность человека за свои чувства и мысли
5	Чувства бывают разными	3	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Групповая дискуссия. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Знать</i> словарь чувств. <i>Уметь</i> изображать чувства. <i>Развивать</i> интерес для познания самих себя. <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение
6	Стыдно ли бояться?	2	Игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Понимать</i> , что все люди в той или иной ситуации испытывают страх. <i>Составлять</i> целостный образ «Я». <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение
III. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ: ТЫ – Я – ОН/ОНА =МЫ (13 часов):			

7	Конфликты в школе, дома, на улице	3	Психологическая информация. Работа со словарями, игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> причины ссор
8	Способы поведения в конфликте	2	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. <i>Находить</i> различие между само восприятием и межличностным восприятием
9	Трудные ситуации могут научить меня	2	Слушание и анализ сказки, игры на развитие рефлексии, самопрезентация. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Когнитивная игра. Интеллектуальные задания. <i>Находить</i> конструктивное разрешение в конфликте
10	Я и мои друзья	2	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Коммуникативные игры. Упражнения на развитие рефлексии, игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Понимать</i> ценность общения с друзьями, роль дружбы в жизни человека <i>Уметь</i> работать в команде
11	У меня есть друг	2	Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Групповая дискуссия. <i>Обсудить</i> проблемы подростковой дружбы. <i>Взаимодействовать</i> друг с другом на основе сходств и различий <i>Находить</i> сходные характеристики между людьми <i>Уметь</i> замечать положительные черты характера у друга, формировать их у себя
12	Я и мои колючки	2	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Когнитивная игра. Работа со сказкой, изобразительная деятельность. Игры на развитие рефлексии. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> оценивать собственные поступки.

			Выявлять у себя качества дружелюбия и недружелюбия
3. МЫ НАЧИНАЕМ МЕНЯТЬСЯ (6 ЧАСОВ)			
13	Зачем нужна уверенность в себе?	1	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие, ролевая игра. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного.
14	Источники уверенности в себе	1	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> свои качества, <i>повышать</i> самооценку. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного
15	Неуверенный в себе человек	1	Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» Ролевая ситуация. Интеллектуальные задания. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного
16	Уверенность и уважение к другим	1	Психологическая информация. Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> выстраивать отношения через уважение к другому человеку
17	Уверенность в себе и непокорность	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> выстраивать отношения через уважение к другому человеку
IV. ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС)			
18	Диагностика динамики развития УУД	1	Интеллектуальные и когнитивные задания. Диагностические задания на выявление динамики развития личностных и метапредметных УУД
Итого:		34	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование блока, раздела и тем	Часы учебного времени	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся	Дата проведения занятия
I. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ (6 ЧАСА)				
1-2	Здравствуй 5 класс!	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии, самопрезентация. Интеллектуальные задания. Диагностические задания на выявление уровня развития метапредметных УУД. <i>Уметь</i> поддерживать рабочую активную позицию	04.09 11.09
3-4	Находим друзей	2	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие. Когнитивная игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на общение. <i>Уметь</i> видеть ситуацию с разных сторон	18.09 25.09
5-6	Узнай свою школу	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, на развитие рефлексии. Ролевая игра. Интеллектуальные задания. <i>Использовать</i> важные личностные качества для выстраивания отношений.	02.10 09.10
II. ЭМОЦИИ (8 ЧАСА)				
7-9	Каждый видит мир и чувствует его по-своему	3	Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности»	16.10 23.10 06.11

			<i>Уметь</i> применять знания внутреннего мира для созданий отношений. <i>Подчеркнуть</i> ответственность человека за свои чувства и мысли	
10-12	Чувства разными бывают	3	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Групповая дискуссия. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Знать</i> словарь чувств. <i>Уметь</i> изображать чувства. <i>Развивать</i> интерес для познания самих себя. <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение	13.11 20.11 27.11
13-14	Стыдно ли бояться?	2	Игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Понимать</i>, что все люди в той или иной ситуации испытывают страх. <i>Составлять</i> целостный образ «Я». <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение	04.12 11.12
III. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ: ТЫ – Я – ОН/ОНА =МЫ (13 часов):				
15-17	Конфликты в школе, дома, на улице	3	Психологическая информация. Работа со словарями, игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> причины ссор	18.12 25.12 15.01
18-19	Способы поведения в конflikте	2	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. <i>Находить</i> различие между само восприятием и межличностным восприятием	22.01 29.01

20-21	Трудные ситуации могут научить меня	2	Слушание и анализ сказки, игры на развитие рефлексии, самопрезентация. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Когнитивная игра. Интеллектуальные задания. <i>Находить</i> конструктивное разрешение в конфликте	05.02 12.02
22-23	Я и мои друзья	2	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Коммуникативные игры. Упражнения на развитие рефлексии, игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Понимать</i> ценность общения с друзьями, роль дружбы в жизни человека <i>Уметь</i> работать в команде	19.02 26.02
24-25	У меня есть друг	2	Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Групповая дискуссия. <i>Обсудить</i> проблемы подростковой дружбы. <i>Взаимодействовать</i> друг с другом на основе сходств и различий <i>Находить</i> сходные характеристики между людьми <i>Уметь</i> замечать положительные черты характера у друга, формировать их у себя	05.03 12.03
26-27	Я и мои колючки	2	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Когнитивная игра. Работа со сказкой, изобразительная деятельность. Игры на развитие рефлексии. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> оценивать собственные поступки. <i>Выявлять</i> у себя качества дружелюбия и недружелюбия	19.03 02.04
3. МЫ НАЧИНАЕМ МЕНЯТЬСЯ (6 ЧАСОВ)				
28	Зачем нужна уверенность в себе?	1	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие, ролевая игра. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного.	09.04

29	Источники уверенности в себе	1	Психологическая информация .Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> свои качества, <i>повышать</i> самооценку. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного	16.04
30	Неуверенный в себе человек	1	Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» Рольевая ситуация. Интеллектуальные задания. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного	23.04
31	Уверенность и уважение к другим	1	Психологическая информация .Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> выстраивать отношения через уважение к другому человеку	30.04
32 - 33	Уверенность в себе и непокорность	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> выстраивать отношения через уважение к другому человеку	07.05 14.05
IV. ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС) ЗАКЛЮЧЕНИЕ (1 ЧАС)				
34	Диагностика динамики развития УУД	1	Интеллектуальные и когнитивные задания. Диагностические задания на выявление динамики развития личностных и метапредметных УУД	21.05
Итого:		34		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование блока, раздела и тем	Часы учебного времени	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся	Дата проведения занятия
I. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ (6 ЧАСА)				
1-2	Здравствуй школа!	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии, самопрезентация. Интеллектуальные задания. Диагностические задания на выявление уровня развития метапредметных УУД. <i>Уметь</i> поддерживать рабочую активную позицию	04.09 11.09
3-4	Умей выбирать друзей	2	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие. Когнитивная игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на общение. <i>Уметь</i> видеть ситуацию с разных сторон	18.09 25.09
5-6	Узнай своих одноклассников	2	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, на развитие рефлексии. Ролевая игра. Интеллектуальные задания. <i>Использовать</i> важные личностные качества для выстраивания отношений.	02.10 09.10
II. ЭМОЦИИ (8ЧАСА)				
7-9	Каждый видит мир и чувствует его по-своему	3	Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности»	16.10 23.10 06.11

			<i>Уметь</i> применять знания внутреннего мира для созданий отношений. <i>Подчеркнуть</i> ответственность человека за свои чувства и мысли	
10-12	Чувства разными бывают	3	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Групповая дискуссия. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Знать</i> словарь чувств. <i>Уметь</i> изображать чувства. <i>Развивать</i> интерес для познания самих себя. <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение	13.11 20.11 27.11
13-14	Страхи	2	Игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Понимать</i>, что все люди в той или иной ситуации испытывают страх. <i>Составлять</i> целостный образ «Я». <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение	04.12 11.12
III. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ: ТЫ – Я – ОН/ОНА =МЫ (13 часов):				
15-17	Конфликты в школе, дома, на улице	3	Психологическая информация. Работа со словарями, игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> причины ссор	18.12 25.12 15.01
18-19	Поведение в конфликтной ситуации	2	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. <i>Находить</i> различие между само восприятием и межличностным восприятием	22.01 29.01

20-21	Трудные ситуации могут научить меня	2	Слушание и анализ сказки, игры на развитие рефлексии, самопрезентация. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Когнитивная игра. Интеллектуальные задания. <i>Находить</i> конструктивное разрешение в конфликте	05.02 12.02
22-23	Я и мои друзья	2	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Коммуникативные игры. Упражнения на развитие рефлексии, игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Понимать</i> ценность общения с друзьями, роль дружбы в жизни человека <i>Уметь</i> работать в команде	19.02 26.02
24-25	У меня есть друг	2	Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Групповая дискуссия. <i>Обсудить</i> проблемы подростковой дружбы. <i>Взаимодействовать</i> друг с другом на основе сходств и различий <i>Находить</i> сходные характеристики между людьми <i>Уметь</i> замечать положительные черты характера у друга, формировать их у себя	05.03 12.03
26-27	Я и мои колючки	2	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Когнитивная игра. Работа со сказкой, изобразительная деятельность. Игры на развитие рефлексии. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> оценивать собственные поступки. <i>Выявлять</i> у себя качества дружелюбия и недружелюбия	19.03 02.04
3. МЫ НАЧИНАЕМ МЕНЯТЬСЯ (6 ЧАСОВ)				
28-29	Зачем нужна уверенность в себе?	2	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие, ролевая игра. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного.	09.04 16.04

30	Источники уверенности в себе	1	Психологическая информация .Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> свои качества, <i>повышать</i> самооценку. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного	23.04
31	Неуверенный в себе человек	1	Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» Ролевая ситуация. Интеллектуальные задания. <i>Уметь</i> отличать уверенного человека от неуверенного	30.04
32	Уверенность и уважение к другим	1	Психологическая информация .Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> выстраивать отношения через уважение к другому человеку	07.05
33	Уверенность в себе и непокорность	1	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> выстраивать отношения через уважение к другому человеку	14.05
IV. ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС) 1. ЗАКЛЮЧЕНИЕ. ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС)				
34	Диагностика динамики развития УУД	1	Интеллектуальные и когнитивные задания. Диагностические задания на выявление динамики развития личностных и метапредметных УУД	21.05
Итого:		34		

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

№	Наименование	Количество
Учебно-дидактический материал		
1.	Диагностический материал	индивидуальные листы для ответов по диагностики УУД
2.	Диагностический комплект Семаго.	1
Сенсорное оборудование		
3.	Набор массажных мячиков разного диаметра.	4
4.	Набор аудио композиций для релаксации.	1
Технические средства		
5.	Проектор	1
6.	Компьютер	1
7.	Принтер	1
8.	Колонки компьютерные	1
Предметы мебели		
9.	Шкаф	1
10.	Тумба	1
11.	Магнитная доска	1
12.	Стол (парты)	8
13.	Стулья	15

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). Издательство «Генезис» 2008 год. Москва.
2. Е.Г. Коблик «Первый раз в пятый класс!» Программа адаптации детей к средней школе. Издательство «Генезис» 2003 год. Москва.
3. Р.М. Мухаметова «Психология» 5 класс. Издательство «Учитель - АСТ» 2005 год. Волгоград.
4. Л. В. Строганова «Уроки практической психологии в начальной школе». Центр педагогического образования 2007 год. Москва
5. Ю. Г. Трамберг «Развитие интеллекта ребенка» Издательство «Речь» 2002 год. Санкт-Петербург.
6. Н.Н Амбросьева «Классный час с психологом» Сказкотерапия для школьников Издательство «Глобус» 2006 год. Москва.
7. А. Г. Грецов «Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание» 2011 год.
8. Стишенок И.В. Сказкотерапия для решения личных проблем. Речь; М.: Сфера, 2010 год.
9. С.Б. Белогуров, В.И. Климович «Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании». Наглядно-методическое пособие для проведения занятий с подростками 12-16 лет. Издательство «Центр – планетариум», Москва 2003 год
10. Н.П. Майорова, Е.Е. Чепурных, С.М. Шурухт «Обучение жизненно важным навыкам в школе». Издательство «Образование – культура», Санкт-Петербург 2002 год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 115325922318594162224631579063447765997006712138

Владелец Ермакова Татьяна Владимировна

Действителен с 08.07.2024 по 08.07.2025