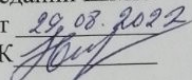
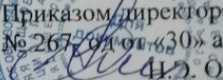


**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 74»**

Согласована на заседании ШМК
Протокол № 1 от 29.08.2022
Руководитель ШМК 

Принята Педагогическим советом
Протокол № 21 от 30.08.2022г.



Утверждена
Приказом директора
№ 267 от «30» августа 2022г.

И.В. Онищенко

**Рабочая программа по курсу
«Час психолога»**

6 класс

Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 74»

«Согласовано»
Руководитель ШМК
_____/_____
Протокол № _____

«Утверждаю»
Директор МАОУ СОШ № 74
_____/Н.Э. Онищенко
« ____ » _____ 2022г.

**Рабочая программа
по курсу «Час психолога»**

Пояснительная записка.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Рабочая программа по психологии для 6 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья школьников Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы)». - М.: Генезис, 2006.

Курс «Час психологии» входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

Она составлена в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования, требованиями к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания среднего общего образования, примерной программой по психологии.

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 N 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1644 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 02-600 (Зарегистрировано Минюстом России 03.03.2011 № 23290) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях».
- Положение о рабочей программе учебных предметов и курсов МАОУ СОШ № 74
- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 22.10.1999г. №636 «Об утверждении положения о службе практической психологии в системе Министерство образования и науки Российской Федерации»

Предлагаемая программа психологических занятий в средней образовательной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья подростков. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс психологических занятий «Час психолога» изучается в 6 классе по 1 часу в неделю. Общий объём учебного времени составляет 34 часа.

Общая характеристика предмета:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с подростками, которая включает три основных компонента: аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация
4. Завершение темы

Цель изучения предмета

Овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

2. Формы контроля и оценки планируемых результатов.

- Стартовый контроль
- Диагностика (анкетирование, наблюдение)
- Самоконтроль
- Рефлексивный контроль
- Тестово – диагностические работы
- Проекты

Диагностика личностных и метапредметных универсальных действий

Планируемый результат	Форма контроля оценки	Критерии оценивания	Результаты
<p>Познавательные УУД: Логические учебные действия - анализировать, сравнивать, группировать различные объекты, явления, факты.</p>	<p>- Психологическая диагностика познавательной сферы младших подростков – групповое тестирование (методики, тесты)</p>	<p>Высокий уровень: Логические связи устанавливает. Умеет сравнивать, группировать. Мыслит самостоятельно Выше среднего уровень: Часть умений ученика находятся на высоком уровне, остальные умения имеют средний уровень развития Средний уровень: Логические связи устанавливает с трудом. Допускает ошибки в обобщении, частично в анализе и синтезе.</p>	
<p>Регулятивные УУД: - контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. - умение соотносить выполненное задание с образцом, предложенным учителем.</p>	<p>- Психологическая диагностика познавательной сферы младших подростков – групповое тестирование (методики, тесты)</p>	<p>Высокий уровень Высокие показатели объема и концентрации внимания. Ошибки исправляет самостоятельно. Контролирует процесс решения задачи другими учениками. Контролирует соответствие выполняемых действий способу, при изменении условий вносит коррективы в способ действия до начала решения. Выше среднего уровень Часть умений ученика находятся на высоком уровне, остальные умения имеют средний уровень развития</p>	
<p>Личностные УУД: Самопознание и самоопределение: - адекватная самооценка - ученики являются активными инициативными</p>	<p>- Психологическая диагностика эмоциональной сферы младших подростков: анкеты, психологические</p>	<p>Очень высокий уровень Высокий уровень: Ученики положительно определяют свои способности, внешний вид, авторитет у сверстников. Ученики являются активными, инициативными, ярко выражен</p>	

	<p>тесты, - Наблюдение, обсуждение различных ситуаций</p>	<p>мотив достижения, стремление к самоутверждению, самореализации. Переоценивают свои возможности, результаты деятельности, личностные качества. Некритично относятся к неудачам Средний уровень: Адекватная самооценка, ученики положительно определяют свои способности, внешний вид, авторитет у сверстников. Являются активными, инициативными, ярко выражен мотив достижения, стремление к самоутверждению, самореализации. Объективно подходят к своим возможностям, критичны к себе. Низкий уровень Заниженная самооценка, ученики являются робкими, стараются держаться в тени, очень волнуются, когда их спрашивают, стеснительны, застенчивы.</p>	
<p>Сыслообразование- адекватная мотивация учебной деятельности (включая учебные и познавательные мотивы); - внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе; - широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; - понимание чувств других людей и сопереживание им. самоутверждению, самореализации. Объективно подходят к своим возможностям, критичны к себе.</p>		<p>Высокий уровень: У ученика присутствует адекватная мотивация учебной деятельности (учебные и познавательные мотивы); имеется внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе; широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы) Средний уровень: У ученика присутствует адекватная мотивация учебной деятельности, но внешние мотивы преобладают над учебнопознавательными; имеется внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, но школа привлекает больше внеучебными сторонами, такими как общение</p>	

		со сверстниками, учителями Низкий уровень: У ученика присутствует низкий уровень школьной мотивации, школу посещает неохотно, на уроках часто занимается посторонними делами, играми;	
Нравственно-этическая ориентация присутствует слабый неустойчивый интерес к знаниям; отсутствие интереса к процессу и содержанию учения; наблюдается общий неустойчивый настрой к учебной деятельности, зависящий от ситуации		Высокий уровень: Ориентированы на моральную норму, учитывает чувства и эмоции, чувствительны к несправедливости, имеет начальное представление о нравственных нормах, может и имеет опыт осуществления личностного морального выбора, может оценивать события и действия с точки зрения моральных норм, ребенок учитывает объективные последствия нарушения моральной нормы Средний уровень: Ориентирован на моральную норму, частично учитывает чувства и эмоции, имеет правильное представление о моральных нормах, но недостаточно точное и четкое, делает попытки осуществления личностного морального выбора, пробует оценивать события и действия с точки зрения моральных норм	
Коммуникативные УУД: - умение учитывать позицию собеседника (партнёра); - умение организовывать и осуществлять сотрудничество со сверстниками; - умения слушать других людей - умение формулировать	- Психологическая диагностика эмоциональной сферы младших подростков: проективные методики, анкеты - Наблюдение, групповая работа, ролевые игры, упражнения	Высокий уровень: Ученик умеет учитывать позицию собеседника (партнёра); умеет организовывать и осуществлять сотрудничество со сверстниками; умеет слушать других людей; умеет формулировать собственное мнение и позицию; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. - ориентация на позицию партнёра в общении и взаимодействии; упражнения собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в	

		совместной деятельности. Средний уровень: Ученик частично умеет учитывать позицию собеседника (партнёра); частично умеет организовывать и осуществлять сотрудничество со сверстниками; не всегда умеет слушать других людей; умеет формулировать собственное мнение и позицию; не всегда может договориться со сверстниками и прийти к общему решению в совместной деятельности.	
--	--	---	--

Сводная таблица по УУД обучающихся

№	ФИ обучающихся	Познавательные УУД:	Регулятивные УУД	Личностные УУД:			Коммуникативные УУД:
				мотивация	самооценка	Нравственно-эстетическая ориентация	
1							
	Высокий уровень						
	Выше среднего уровень						
	Средний уровень						
	Низкий уровень						

В результате проведения программы «Психология общения» у обучающихся должны быть сформированы: понятийный аппарат в объеме определенным содержанием программы, знания о развитии познавательных психических процессов, владение приемами мнемотехники, и методами самообразования, понятие о личности на уровне субъективной рефлексии, умение работать с экспресс методиками, определяющими психологическое состояние личности, представления о своих личностных характеристиках, способность применять приемы эффективного общения. Результаты изучения программы «Психология общения» разделены на предметные, метапредметные и личностные, и указаны в конце тем, разделов.

Метапредметные результаты:

Обучающиеся должны уметь:

1. Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2. Самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3. 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.

4. Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.

5. Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

6. Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

7. Пользоваться смысловым чтением.

8. Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

9. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

10. Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Личностные результаты

Обучающиеся должны уметь:

1. Усваивать гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества.

2. Формировать ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

3. Формировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

4. Формировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

5. Осваивать социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

6. Развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формировать нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам.

7. Формировать коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Формировать ценности здорового и безопасного образа жизни.

9. Осознать значение семьи в жизни человека и общества, принять ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Ожидаемый результат обучения по программе:

по итогам реализации программы обучающиеся **должны знать:**

1. Условия и механизмы формирования впечатления о другом человеке.
2. Основные компоненты внешнего вида человека: мимика, жесты, походка, осанка.
3. Что такое установка.
4. Условия, способствующие развитию потребности в общении.
5. Приемы активного общения.
6. Виды, типы и мотивы общения.
7. Факторы, влияющие на чувства симпатии и антипатии.

По итогам реализации программы обучающиеся **должны уметь:**

1. Определять по фотографиям выражение глаз.
2. Составлять впечатление о говорящем, определять социокультурную группу.
3. Описывать по внешним признакам принадлежность к молодежным группировкам.
4. Выполнять самостоятельно работу в форме сочинения.
5. Владеть различными манерами общения.
6. Применять техники активного общения.
7. Распознавать мотивы общения.

При проведении занятий по психологии в 6 классах необходимо использование следующих технологий: 1. Личностно-ориентированные технологии. 2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения. 3. Диалогические технологии. 4. КСО. 5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод). 6. Коммуникативно-информационные технологии. 7. Технология учебно-игровой деятельности. 8. Технология проектной деятельности.

Эффективность работы оценивается по следующим методам исследования.

1. Уровень самооценки и уровень притязаний (методика Дембо-Рубинштейн; модификация А.М. Прихожан).
2. Уровень школьной мотивации (методика изучения школьной мотивации; автор Г.Е. Щур).
3. Уровень и характер тревожности, связанной со школой (методика диагностики показателя уровня тревожности и страхов «Тест школьной тревожности Филлипса»).
4. Диагностика межличностных и межгрупповых отношений (тест Дж. Морено – социометрия).
5. Особенности агрессивного поведения и их форм (Тест А. Басса и А. Дарки в адаптации А. К. Осницкого).
6. Тест «Умеете ли вы слушать» и/или «Оценка самоконтроля в общении» М. Снайдера.
7. Также результаты своей деятельности и «роста» обучающиеся могут отслеживать самостоятельно с помощью дневников самонаблюдения.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Работа с одаренными обучающимися

- Постоянно стимулировать познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.
- Предусматривать внутреннюю дифференциацию.
- Использовать личностно-ориентированные методы обучения, тренинги, исследовательские и творческие задания.
- Привлекать во внеурочной деятельности к участию в конкурсах, турнирах, интерактивных играх и т.д.

Работа со слабоуспевающими обучающимися

При работе со слабоуспевающими обучающимися предусмотрено использование следующих приемов, методов и форм работы:

- Выявлять слабоуспевающих через наблюдения, анализ психологической диагностики в начале учебного года.
- Применять задания различной степени трудности.
- Создавать примеры по аналогии с теми, которые дает учитель.
- Обучать работе в парах переменного состава, в группах.
- Использовать экспресс-диагностики.
- Применять индивидуальные задания

3. Содержание программы

Тема I. Агрессия и ее роль в развитии человека (8 часов).

Занятие 1. Я повзрослел (1 час).

Нарисовать символ своего Я. Дискуссия о подростковом возрасте, о том, как меняются отношения со сверстниками и родителями в период взросления. Работа со сказкой Т. Шмидта «Лабиринт души».

Занятие 2. У меня появилась агрессия (1 час).

Понятие «агрессия». Процессы, которые происходят в организме во время агрессивного всплеска. Беседа о плюсах и минусах проявления агрессии. Работа со сказкой «Сказка про Рона».

Занятие 3. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? (1 час).

Мимика лица, эмоции человека. Составление списка агрессивных слов и выражений.

Научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Игра «Агрессивный... продавец». Работа со сказкой О. Горбушиной «Время».

Занятие 4-5. Конструктивное реагирование на агрессию (2 часа).

Обсуждение способов реагирования на агрессивного человека, составление списка этих способов с учетом ситуации. Игра «свет мой зеркальце». Работа с притчей «Живот с пристежками».

Занятие 6. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми (1 час).

Составление списка, чем могут быть недовольны родители и подростки. Проиграть разные конфликтные ситуации с родителями и выработать более адекватные способы поведения в них. Работа со сказкой М.Кирсановой «Сказка про Крича».

Занятие 7-8. Учимся договариваться (2 часа).

Дискуссия на тему умения доверять другим людям, о способах установления контакта с собеседником. Повышение самооценки, осознание своей нужности другим людям. Умение видеть и понимать цели и мечты. Игра «Мои маски». Работа с притчами: «Дом масок» и «Глиндум Фря».

Тема II. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (11 часов).

Занятие 9. Зачем человеку нужна уверенность в себе? (1 час).

Составить портрет человека, который верит в себя. Обсудить ситуации, в которых проявляется неуверенность участников. Нарисовать свой символ веры в себя. Работа со сказкой «Про мальчика Неудоба».

Занятие 10-11. Источники уверенности в себе (2 часа).

Составить копилку источников уверенности. Отметить наиболее значимые источники.

Составить список позитивных утверждений на тему: «Мои ресурсы». Работа с рассказом, который необходимо самостоятельно продолжить.

Занятие 12. Мои способности (1 час)

Понятие «способности», какие способности бывают. Связь интересов и способностей.

Диагностика интересов и склонностей. Представление о собственных способностях.

Занятие 13. Я, мои успехи и неудачи (1 час)

Формирование адекватного отношения к собственным успехам и неудачам. Поиск положительных сторон в неудачах. Способы преодоления негативных эмоций при неудачах. Рисунок себя (при успехе и при неудаче)

Занятие 14-15. Какого человека мы называем неуверенным в себе? (2 часа).

Беседа о причинах неуверенности и о том, как выглядит неуверенный в себе человек, о его жестах, мимике, поведении. Игра «маски неуверенности». Работа со сказкой К. Ступницкой «Маленькая волна».

Занятие 16. Я становлюсь увереннее (1 час).

Понятия «уверенность» и «уважение». Дискуссия о том, за что обучающиеся уважают себя и бывает ли так, что человека не за что уважать. Составить портрет человека, который достоин уважения. Работа со сказкой К. Ступницкой «Молодое дерево».

Занятие 17. Уверенность и самоуважение (1 час).

Понятие «самоуважение». Составить список того, чем гордится каждый обучающийся. Беседа о том, кто заслуживает уважения и самоуважения. Помочь обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека. Игра «Волшебное зеркало». Работа со сказкой Н. Шиловой «На дне моря».

Занятие 18-19. Уверенность и уважение к другим (2 часа).

Дискуссия о том, действительно ли уверенный в себе человек относится с уважением к окружающим. Портрет учителя, родителя, сверстника, который вызывает уважение у большинства обучающихся. Работа со сказкой «Превращение».

Тема III. Конфликты и их роль в усилении Я (6 часов).

Занятие 20-21. Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице (2 часа).

Понятие «конфликт». Определить сигналы конфликта. Беседа о стилях входа в конфликт. Сделать рисунок собственного стиля входа в конфликт. Обсудить, как выглядит человек в конфликте. Дискуссия о том, конфликт – это хорошо или плохо?

Занятие 22. Способы поведения в конфликте (1 час).

Обсуждение ключевых фраз с обучающимися: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Осознание роли конфликтов в жизни человека. Работа со сказкой «Сказка про цветной снег».

Занятие 23. Конструктивное разрешение конфликтов (1 час).

Обсудить основные способы поведения в конфликтной ситуации: сотрудничество, избегание, компромисс, соперничество. Разобрать различные конфликтные ситуации и научиться конструктивно разрешать их, определяя способ поведения участников конфликта. Работа со сказками «Подумай обо мне», «Верба», «Город».

Занятие 24. Конфликт как возможность развития (1 час)

Поиск творческий подход к разрешению конфликта. Конфликт как возможность получить что-то новое и ценное. Пробуем договориться.

Занятие 25. Готовность к разрешению конфликта (1 час)

Рассмотрение положительных сторон конфликта. Способы разрешения конфликта. Личностные особенности, необходимые для разрешения конфликта.

Тема IV. Ценности и их роль в жизни человека (3 часа).

Занятие 26. Что такое ценности? (1 час).

Понятие «ценности». Связаны ли ценности с выбором профессии. Побудить обучающихся задуматься о собственных ценностях. Основные ценности взрослых. Рефлексировать эмоциональные состояния Работа со сказкой «Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный».

Занятие 27. Ценности и жизненный путь (1 час).

Понятие «жизненный путь человека». Составить список собственных ценностей на данный момент и через 1 год. Учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Занятие 28. Мои ценности (1 час)

Обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни. Формулировать свое собственное мнение и позицию. Работа со сказкой «Сказка про еловую шишечку».

Тема V. Мой внутренний мир (5 часов).

Занятие 29-30. Мир эмоций. Настроение (2 часа).

Понятие «эмоции», «настроение». Влияние различных факторов на проявление эмоций. Положительные и отрицательные эмоции. Польза и вред отрицательных эмоций. Как формируется настроение.

Занятие 31. Наш темперамент (1 час)

Понятие «темперамент», типы темперамента. Определение своего темперамента. Положительные и отрицательные стороны каждого типа темперамента.

Занятие 32-33. Мой характер (2 часа)

Понятие «характер». Как формируется характер и что на него влияет. Можем ли мы менять наш характер. Представления о собственном характере.

Занятие 34. Заключительное итоговое занятие (1 час).

Повторение пройденного материала. Обратная связь о занятиях через анкету. Рефлексия. Пожелания друг другу.

4. Учебно-тематическое планирование

№	Содержание программы	Цели занятия	Количество часов
1. Агрессия и ее роль в развитии человека			8
1.1	Я повзрослел	Уметь осознать свои изменения.	1
1.2	У меня появилась агрессия	Научиться контролировать собственное агрессивное поведение	1
1.3	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	Научиться контролировать собственное агрессивное поведение	1
1.4	Конструктивное реагирование на агрессию	Научиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.	2
1.5	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	Научиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.	1
1.6	Учимся договариваться	Научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.	2
2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека			11
2.1	Зачем человеку нужна уверенность в себе	Уметь осознавать свои качества, повышение самооценки.	1
2.2	Источники уверенности в себе	Уметь осознавать свои качества, повышение самооценки.	2
2.3	Мои способности	Осознание своих сильных сторон личности, своих умений	1
2.4	Я, мои успехи и неудачи	Формирование умения правильно реагировать на успехи и неудачи	1
2.5	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	Формирование навыков уверенности в себе	2
2.6	Я становлюсь увереннее	Формирование навыков уверенности в себе	1
2.7	Уверенность и самоуважение	Формирование навыков уверенного поведения	1
2.8	Уверенность и уважение к другим	Уметь анализировать поступки других людей и свои собственные	2
3. Конфликты и их роль в развитии Я			6
3.1	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	Уметь осознать роль конфликтов в жизни человека	2
3.2	Способы поведения в конфликте	Уметь конструктивно разрешать конфликтные ситуации, способствовать	1

		адекватному самовыражению	
3.3	Конструктивное разрешение конфликтов	Уметь конструктивно разрешать конфликтные ситуации, способствовать адекватному самовыражению	1
3.4	Конфликт как возможность развития	Уметь конструктивно разрешать конфликтные ситуации, способствовать адекватному самовыражению	1
3.5	Готовность к разрешению конфликта	Уметь конструктивно разрешать конфликтные ситуации, способствовать адекватному самовыражению	1
4. Ценности и их роль в жизни человека			3
4.1	Что такое ценности?	Рефлексия эмоциональных состояний, ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	1
4.2	Ценности и жизненный путь	Рефлексия эмоциональных состояний, ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	1
4.3	Мои ценности	Рефлексия эмоциональных состояний, ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	1
5. Мой внутренний мир			5
5.1	Мир эмоций. Настроение	Знакомство с проявлениями эмоций; тренировка умения владеть своими эмоциями	2
5.2	Наш темперамент	Знакомство с понятием «темперамент», формирование представлений о своем темпераменте	1
5.3	Мой характер	Знакомство с понятием «характер» и его проявлениями	2
6.	Итоговое занятие	Создание условий для рефлексии подростками собственных достижений на занятиях	1
			Итого: 34

Список литературы:

1. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе. 5-6 классы», 2010г.
2. Слободяник Н.П. Программа «Уроки общения для младших подростков», 2006г.
3. Ключева Н.В. Касаткина Ю.В. «Учим детей общению. Характер, коммуникабельность», 1997г.
4. Голубева Ю.А. «Тренинги с подростками» Программы, конспекты занятий, 2009г.
5. Сгибаева Е.П. «Классные часы в средней школе», 2005г.
6. Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум, 2008г.
7. Кравцова М.М. «Дети изгои. Психологическая работа с проблемой», 2009г.

Список литературы для учителя:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Пособие для студентов / Г.М.Андреева. - М., 2001.
2. Аронсон Э. Общественное животное: Введение в социальную психологию / Э.Аронсон. – М., 1998.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
4. Бодалев А.А. Восприятие человека человеком / А.А.Бодалев. - М., 1992.

5. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В.Вачков. - М., 2001г.
 6. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева. - Новосибирск, 1997 г.
 7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения / А.Б.Добрович. - М., 1887.
 8. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И.Козлов.- Екатеринбург,1997 г.
 9. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.Л.Коломинский. – Минск, 2000.
 10. Кон И.С. Дружба / И.С.Кон. – М., 1980.
 11. Кроль Л.М. Человек-оркестр: микроструктура общения / Л.М.Кроль, Е.Л.Михайлова. - М., 1993.
 12. Куницына В.Н. Межличностное общение: Учебник для вузов / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М.Погольша. - СПб., 2001.
 13. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
 14. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003г.
 15. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
 16. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников / П.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
 17. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.
- Электронные ресурсы:

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке», режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>
5. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
6. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psycatalog.ru>
7. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowww.narod.ru/>
8. «ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: <http://explorateur.narod.ru/library.htm>
9. «Антистресс», режим доступа: <http://marks.on.ufanet.ru>
10. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
11. Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
12. hpsy.ru, режим доступа: <http://hpsy.ru/about.htm>
13. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: <http://flogiston.ru/library>
14. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
15. Журнал «Психология», режим доступа: <http://www.psychology.su/>