

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
по внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
(для 5 – 9 классов образовательных организаций)

Пояснительная записка

Переход в среднее звено школы сопряжен с проблемами личностного развития и межличностных отношений ребят, а это, как правило сопровождается появлением разного рода трудностей – повышение тревожности, появлением неуверенности, страхов, частых волнений в ситуациях с решением каждодневных задач.

На занятия учащихся не только получают знания о том, как общаться, но и упражняются в применении приемлемых способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиями, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверки и групповому тестированию.

Одним из основных способностей подросткового возраста является способность оперировать гипотезами при решении интеллектуальных задач и способность анализировать абстрактные идеи, искать ошибки и логические противоречия в абстрактных суждениях. Однако данные способности могут формироваться и развиваться только в процессе школьного обучения, при овладении знаковыми системами. К старшему школьному возрасту дети должны характеризоваться сформированностью теоретического, или словесно-логического мышления.

Коррекционная работа с учащимися средних классов по развитию и коррекции познавательных процессов и интеллектуальных способностей имеет ряд особенностей. С одной стороны, эта работа проводится с подростками, испытывающими трудности в учении: понимании и осмыслении нового материала, усвоении и обобщении, установлении связей между понятиями, выражении собственных мыслей. С другой стороны, снять усталость на уроке; активизировать учебную работу в классе, повысить активность и инициативу школьников; дать ощущение свободы и раскованности.

Таким образом, в процессе обучения подростка важно активизировать его психический потенциал, развивать заинтересованность в освоении сложного учебного материала.

В связи с этим коррекционная работа с учащимися средних и старших классов по развитию и коррекции познавательных процессов и интеллектуальных способностей имеет ряд

особенностей. С одной стороны, эта работа проводится с подростками и старшеклассниками, испытывающими трудности в учении: понимании и осмыслении нового материала, усвоении и обобщении, установлении связей между понятиями, выражении собственных мыслей. С другой стороны, поскольку основными формами коррекционной работы являются игры, упражнения, тренинги, ее можно проводить со всем школьным классом. Такие упражнения помогут школьникам: снять усталость на уроке; активизировать учебную работу в классе, повысить активность и инициативу школьников; дать ощущение свободы и раскованности.

В процессе проведения коррекции познавательных процессов основное внимание уделяется обучению школьников через проявление их активности в запоминании, обобщении, усвоении материала. Подобные занятия ведут к повышению творческого потенциала учащихся и, изучаемой дисциплины.

Цели и задачи:

- способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки;
- способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой;
- способствовать рефлексии эмоциональных состояний;
- способствовать адекватному самовыражению;
- мотивировать учащихся к занятиям психологией;
- подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли;
- обсудить проблемы подростковой дружбы;
- помочь подросткам осознать свои изменения;
- мотивировать подростков к позитивному самоизменению;
- развитие эмоционально-личностной сферы детей;
- формирование навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми в окружающем социуме.
- развитие интеллектуальных способностей учащихся, коррекция познавательных процессов, в частности, развитие творческого мышления;
- развитие и коррекция мотивационной и эмоциональной сферы подростка, с целью повышения мотивации к обучению и снижения эмоциональной напряженности.
- коррекция сферы межличностных отношений подростков, развитие способностей диадического общения, расширение репертуара видов общения;
- коррекция и развитие личности подростка, снижение внутриличностных противоречий;
- создать комфортные коррекционно-развивающие условия для подростков, способствующие коррекции и развитию познавательных процессов и личностных особенностей учащихся;
- создать атмосферу принятия и взаимопонимания в группе.
- содействовать расширению самосознания подростков;
- познакомить подростков с основными состояниями человека и их поведенческими проявлениями;
- предоставить возможность подросткам рефлексии собственного поведения;
- способствовать осознанию подростками своей эмоциональной и мотивационной сферы.

Содержание учебного курса

5 класс

Раздел 1. Самопознание. Качества личности: «кто я? какой я?»

Ощущения и восприятие. Эмоции и чувства. Темперамент. Внимание. Память. Знания как характеристика личности. Мышление. Способности личности. Направленность: интересы, взгляды, убеждения, нравственность. Характер. Самооценка.

Раздел 2. Развитие познавательных процессов и интеллектуальных способностей

Тренировка элементарных мыслительных операций, на активизацию мыслительной деятельности, на создание у учащихся определённого положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно.

Раздел 3. Проблемы и конфликты

Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице. Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг разрешения конфликта - умение его предвидеть. Сигналы конфликта. Конфликт - это хорошо или плохо? Стилль входа в конфликт. Как выглядит человек в конфликте? Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Поведение в процессе конфликта: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Какой способ быстрее ведёт к конфликту и почему. Как проявляются способы поведения в конфликте? Конфликтные ситуации.

Раздел 4. Конструктивное общение

Учимся слушать. Ораторами не рождаются. Язык жестов. Манипуляция

6 класс

Раздел 1. Учимся слушать. Ораторами не рождаются. Язык жестов. Манипуляция

Зачем нужны занятия по психологии

Раздел 2. Я – это Я

Кто я, какой я? Я – могу. Я – нужен! Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое детство. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Определение самооценки.

Раздел 3. Развитие познавательных процессов и интеллектуальных способностей

Тренировка элементарных мыслительных операций, на активизацию мыслительной деятельности, на создание у учащихся определённого положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно.

Раздел 4. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства

Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться? Определение уровня тревожности. Любой внутренний мир ценен и уникален.

Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир?

Трудные ситуации могут научить меня. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется

Раздел 6. Я и Ты

Я и мои друзья. У меня есть друг. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире.

Раздел 7. Мы начинаем меняться

Нужно ли человеку меняться? Самое важное – захотеть меняться.

9 класс

Раздел 1. Я - концепция и ее ключевые компоненты

Я - концепция. Самоуважение. Самоотношение. Самоконтроль. Самоконтроль. Сила воли. Самоэффективность. Пол как ключевой аспект Я. Личностные особенности мужчин и женщин. Портрет мужчины, портрет женщины (внешность, характер, поведение). Личностные особенности мужчин и женщин. Мы такие разные. Уметь принять. Картина моей личности. Реальное, идеальное, социальное - Я.

Раздел 2. Основные состояния человека: Ребенок, Взрослый, Родитель.

Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель. Мои три эго-состояния

Раздел 3. Развитие познавательных процессов и интеллектуальных способностей

Тренировка элементарных мыслительных операций, на активизацию мыслительной деятельности, на создание у учащихся определённого положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно

Раздел 4. Эмоциональный мир человека

Почему нам нужно изучать чувства. Основные законы психологии эмоций. Запреты на чувства. Страх. Гнев и агрессия. Обида. Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству. Психогигиена эмоциональной жизни. Властелин эмоций

Раздел 5. Мотивационная сфера личности

Мотив как сила, побуждающая к деятельности. Отличительные признаки разных видов мотивации. Виды мотивации: внешняя, внутренняя. Мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудачи.

Планируемые результаты

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

Личностные УУД:

- 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 рефлексивность

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;
- обогащать 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.

9 класс

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

Личностные УУД:

- 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

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

Тематическое планирование

5 класс

| № | Наименование темы внеурочной деятельности | Форма проведения занятий | Кол-во часов | Электронные ресурсы |
|---|---|--------------------------------------|--------------|---|
| 1 | Общение в жизни человека | Текс-игра «С тобой приятно общаться» | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 2 | Зачем нужно знать себя? | Анкета «Самоанализ» | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 3 | Я глазами других | Методика «Твое имя» | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|----|--|--|---|---|
| 4 | Самооценка | Методика «Самооценка», «Моя вселенная» | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 5 | Мои внутренние друзья и мои внутренние враги. | Бланки с перечисленными эмоциями | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 6 | «Ярмарка» достоинств | Лист с надписями продано, покупаю | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 7 | Ищу друга. | Листы с незаконченными предложениями | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 8 | Самое главное через слово, фразу, секрет. Составление предложений «Три слова». Поиск общих признаков. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 9 | Опорные сигналы. Поиск общих признаков. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 10 | Вопрос-ответ. Исключение лишнего слова. Поиск противоречивых предметов | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 11 | Пантомима. Поиск противоречивых предметов. Составление предложений «Три слова». | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 12 | Моментальное фото. Поиск соединительных звеньев. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|----|---|---------------------------------|---|---|
| 13 | Лучший вопрос. Способы применения предмета. Поиск общих признаков. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 14 | Сказка. Поиск соединительных звеньев. Выражение мысли другими словами. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 15 | Восстанови невидимое. Заглавие. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 16 | Заметки на полях. Выражение мысли другими словами. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 17 | Дотошный ученик. Поиск соединительных звеньев. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 18 | Восстанови невидимое. Выражение мысли другими словами. Поиск общих признаков. | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 19 | Древо мудрости. Зрительная память. Поиск противоречивых предметов. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 20 | Части текста. Зрительная память. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 21 | Почему люди ссорятся? | Рисунки | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|----|-------------------------------------|--|---|---|
| 22 | Барьеры общения | | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 23 | Предотвращение конфликтов | Текс «Конфликтный личности человек» | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 24 | Умение слушать | Текс «Умеешь ли ты слушать» | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 25 | Уверенное или неуверенное поведение | Текс «Как я ориентируюсь в разных ситуациях» | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 26 | Нужна ли агрессия | Текст притчи о змее | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 27 | Пойми меня. | Бланки с пословицами | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 28 | Мои проблемы | | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 29 | Обиды | Бланки с названием поведения | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 30 | Критика | Карточки с фразами | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 31 | Комплементы или лесть | Рассказ «Симулянт» | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 32 | Груз привычек | Листы с привычками | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 33 | Азбука перемен | Листы ватмана | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|-------|------------|-------------------|----|---|
| | | | | psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 34 | Вежливость | Кодекс вежливости | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| Итого | | | 34 | |

6 класс

| № | Наименование темы внеурочной деятельности | Форма проведения занятий | Кол-во часов | Электронные ресурсы |
|---|--|------------------------------------|--------------|---|
| 1 | Зачем человеку занятия психологии? | Листы бумаги, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 2 | Кто я, какой я? | Рисунки, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 3 | Я – могу | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 4 | Я – нужен | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 5 | Я мечтаю | Работа со сказкой, рисунки | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 6 | Я – это мои цели | Работа со сказкой, план достижений | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 7 | Я – это мое детство | Рассказы детей, детские фотографии | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 8 | Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. | Карточки, листы бумаги | 1 | https://flibusta.ru/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|----|---|----------------------------|---|---|
| 9 | Самое главное через слово, фразу, секрет. Составление предложений «Три слова». Поиск общих признаков. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 10 | Опорные сигналы. Поиск общих признаков. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 11 | Вопрос-ответ. Исключение лишнего слова. Поиск противоречивых предметов | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 12 | Пантомима. Поиск противоречивых предметов. Составление предложений «Три слова». | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 13 | Моментальное фото. Поиск соединительных звеньев. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 14 | Лучший вопрос. Способы применения предмета. Поиск общих признаков. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 15 | Сказка. Поиск соединительных звеньев. Выражение мысли другими словами. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 16 | Восстанови невидимое. Заглавие. Способы | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|----|---|--|---|---|
| | применения предмета | | | |
| 17 | Заметки на полях. Выражение мысли другими словами. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 18 | Заглавие. Поиск соединительных звеньев. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 19 | Восстанови невидимое. Выражение мысли другими словами. Поиск общих признаков. | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 20 | Чувства бывают разные | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 21 | Стыдно ли бояться? | Карточки с утверждениями, работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 22 | Имею ли я право сердиться и обижаться? | Карточки с вариантами поведения, работа с рассказами | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 23 | Каждый видит мир и чувствует по-своему | Листочки с надписями, работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 24 | Любой внутренний мир ценен и уникален | Карточки | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 25 | Трудные ситуации могут научить меня | Листы, карандаши, работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |

| | | | | |
|-------|---|---------------------------------|----|---|
| 26 | В трудной ситуации я ищу силу, и она обязательно найдется | Работа со сказкой. | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 27 | Я и мои друзья | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 28 | У меня есть друг | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 29 | Я и мои «колючки» | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 30 | Что такое одиночество | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 31 | Я одинок в этом мире | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 32 | Нужно ли человеку меняться? | Работа со сказкой, таблица | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 33 | Самое важное – захотеть меняться | Работа со сказкой | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| 34 | Итоговое занятие. Викторина. | Листы бумаги, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.su/book/79604-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-5-6-klassyi/ |
| Итого | | | 34 | |

9 класс

| № | Наименование темы внеурочной деятельности | Форма проведения занятий | Кол-во часов | Электронные ресурсы |
|---|---|--------------------------|--------------|---------------------|
|---|---|--------------------------|--------------|---------------------|

| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| Тема 1. Я - концепция и ее ключевые компоненты | | | 6 | |
| 1 | Я – концепция | Альбомные листы, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 2 | Самоуважение | Карточки со словами, карточки с заданиями | 1 | |
| 3 | Самоконтроль | Карточка с задачами | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 4 | Самоэффективность | Высказывания убеждения | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 5 | Пол как ключевой аспект Я | Высказывания утверждения, карточки с двухзначными числами | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 6 | Личностные особенности мужчин и женщин | Высказывания утверждения | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 7 | Три состояния личности: Ребенок, Взрослый, Родитель | Работа с притчей «Нагрудные родители», карточки с высказываниями | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 8 | Внутренний Ребенок: какой он? | Работа с притчей «Бабочкины крылья» | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 9 | Внутренний ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся | Карточки с надписями | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 10 | Внутренний Родитель может быть разным: | Психогимнастика в тренинге | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki- |

| | | | | |
|----|---|----------------------------|---|---|
| | заботливым и контролирующим | | | psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 11 | Внутренний Взрослый: истинный и мнимый | Карточки с ситуациями | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 12 | Самое главное через слово, фразу, секрет. Составление предложений «Три слова». Поиск общих признаков. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 13 | Опорные сигналы. Поиск общих признаков. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 14 | Вопрос-ответ. Исключение лишнего слова. Поиск противоречивых предметов | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 15 | Пантомима. Поиск противоречивых предметов. Составление предложений «Три слова». | Печатный текст, набор слов | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 16 | Моментальное фото. Поиск соединительных звеньев. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 17 | Лучший вопрос. Способы применения предмета. Поиск общих признаков. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 18 | Сказка. Поиск соединительных звеньев. | Печатный текст | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |

| | | | | |
|----|--|----------------------------|-----|---|
| | Выражение мысли другими словами. | | | psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 19 | Восстанови невидимое. Заглавие. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 20 | Заметки на полях. Выражение мысли другими словами. Исключение лишнего слова. | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 21 | Заглавие. Поиск соединительных звеньев. Способы применения предмета | Работа с текстом | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 22 | Эмоции и чувства | Карточки заданиями | с 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 23 | Психические состояния и их свойства | Текст высказываниями | с 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 24 | Напряжение | Психогимнастика в тренинге | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 25 | Настроение | Психогимнастика в тренинге | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 26 | Настроение и активность человека | Психогимнастика в тренинге | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 27 | Как управлять своим состоянием | Игровые задания | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 28 | Как изменить состояние | Игровые задания | 1 | https://flibusta.ru/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |

| | | | | |
|-------|---|---------------------------------------|----|---|
| 29 | Возрастной аспект состояний: состояния подростков | Игровые задания | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 30 | Стресс | Листы бумаги, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 31 | Трудные ситуации и развитие | Карточки с буквами, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 32 | Мотив и его функции «Борьба мотивов» | Игровые задания, цветные карандаши | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 33 | Привычки, интересы, мечты | Игровые задания «Общая сказка» | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| 34 | Мотивация помощи и альтруистического поведения. Итоговое задание. | Лист ватмана, рисунок класса | 1 | https://flibusta.su/book/132170-tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-sredney-shkole-7-8-klassyi/ |
| Итого | | | 34 | |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730130

Владелец Манайчева Елена Леонидовна

Действителен с 24.06.2024 по 24.06.2025