

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности «Я - подросток»

5 класс

На 2023-2024 учебный год

Погудина О.В.
Педагог-психолог

Рабочая программа внеурочной деятельности ««Я-подросток»» составлена в соответствии с учебным планом школы среднего общего образования на учебный год и годовым календарным учебным графиком.

Программа рассчитана на реализацию в 1 года в количестве 34 часов (1 час в неделю).

Рабочая программа разработана на основе пособия: «Я-подросток»: Микляева А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии. – СПб.: Издательство «Речь», 2011

Данные возрастной психологии свидетельствуют о том, внутренние противоречия, возникающие в старшем подростковом возрасте, проявляются в неустойчивости внутри групповых общений со сверстниками, происходит углубление и дифференциация дружеских связей, именно взаимоотношения становятся основой внутреннего интереса. У многих подростков появляется потребность в профессиональном самоопределении, что связано с общей тенденцией этого возраста найти свое место в жизни.

Развитие интеллекта характеризуется тем, что подросток приобретает способность к гипотетико – дедуктивным рассуждениям, это связано с периодом развития самосознания. Одной из форм проявления самосознания является чувство взрослости - стремление быть и считаться взрослым. В подростковом возрасте качественным преобразованием подвергается личность ребенка: развивается рефлексия (повышение склонности к самонаблюдению). Подросток ищет ответ на вопрос: каков он среди других. Изменяется содержание самооценки, это связано с анализом своих переживаний, собственными мыслями, ожиданиями установками. У подростка происходит формирование «Я – концепции» - системы внутренне согласованных представлений о себе. Впервые подростки, изучая свой внутренний мир как бы со стороны, убеждаются в том, что они уникальны и неповторимы.

Предлагаемый курс рассчитан на подростков 14 -15 лет. Соответственно, программа построена с учетом возрастных интересов подростка. Ребятам предлагаются такие темы, которые могут быть важны для них в силу возрастных особенностей развития. Например: самоанализ подростками собственных достоинств и недостатков, застенчивость, неуверенность в себе, осознания подростками сформированности собственных профессиональных планов, представлений о дружбе и ее психологических составляющих, анализ стереотипов в понимании любви, препятствующих к установлению близких отношений с другими людьми.

Жанр занятий привлекает по нескольким причинам. Одна из них – позволяет проводить психопрофилактическую работу не только с детьми « группы психолога – педагогического риска», но и с теми, кто не попадает в поле пристального внимания учителей или школьного психолога, а также возможность постоянного контакта с ребятами, хотя бы в рамках школьного расписания. Еженедельные занятия позволяют детям сориентироваться в особенностях « психологического» взаимодействия, его целях и результатах.

Цель программы: Формирование мировоззрения подростка – системы взглядов на действительность, самого себя и других людей.

Задачи программы:

- 1 Развитие рефлексии.
- 2 Формирование « Я - концепции ».
- 3 Развитие социального интеллекта подростков и навыков внимательного отношения к другому человеку.
- 4 Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как способ саморазвития личности.

5 Формирование осознанности подростками собственных профессиональных планов.

6 Формирование подростками своего уровня уверенности в себе.

Методические приемы:

- устный или анкетный опрос для выявления запроса и спектра интересующих учащихся проблем в рамках предлагаемой темы урока;
- «универсализация» подростковых трудностей через использование проективных форм «Один мальчик...», «Большинство подростков...»;
- обращение к личному опыту учащихся в процессе работы над темой;
- тестирование, ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, соответствующие изучаемым темам, рефлексия результатов урока, анонимное обращение учащихся к собственным затруднениям;
- контроль «уровня достижений» в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в «поле опыта» учащихся (уровень личностной ассимиляции знаний).

Такая работа не предусматривает теоретической подготовки подростков, а ориентирована на обращение к тем проблемам, причем только в недирективной форме, которые могут быть важными для них в силу их возрастных особенностей.

В структуре каждого урока выделяются смысловые блоки, традиционные для групповой психологической работы с детьми и подростками:

1. Ритуал приветствия. Целью проведения ритуала приветствия является настрой на работу, сплочение группы, создание группового доверия.
2. Объявление темы занятий, за которым следует мотивирующее упражнение и / или обсуждение (в том числе — иногда — домашних заданий), благодаря которому ребята получают возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой.
3. Работа по теме занятия. Основное содержание занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Самое главное в их использовании — это помочь подросткам найти психологический подтекст упражнения. Иначе оно превратится в простую забаву.
4. Подведение итогов занятия. Оно предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке, подчеркивание вклада всех участников урока в общий результат. Одна из целей подведения итогов — создание мотивации на работу по следующей теме.
5. Ритуал завершения занятия.

Формы и методы работы: основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание групповой работы составляют игры, психотехнические упражнения, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, продуктивно-творческая деятельность.

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Планируемые результаты

Личностные универсальные учебные действия

Ученик научится:

- сотрудничать и выстраивать диалог со сверстниками и взрослыми;
- различать основные нравственно-эстетические понятия;
- осуществлять личностный выбор на основе знания и понимания моральных норм.
- различать и описывать свои эмоциональные состояния;
- контролировать свои эмоции.
- оценивать свои достоинства и недостатки;
- осознавать свои ресурсы, опираться на них;
- видеть себя глазами других, получая обратную связь от своих товарищей;
- различать основные нравственно-эстетические понятия («семья, «права», «обязанности»);
- формулировать представления о дружбе, любви и их психологических составляющих;
- осознанию своего отношения к риску и состоянию азарта;
- различать уверенное, неуверенное и самоуверенное поведение.
- умению противостоять групповому давлению.

Ученик получит возможность научиться:

- понимать чувства и эмоции других людей;
- оценивать свои и чужие поступки.
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;
- готовности к самообразованию и самовоспитанию;
- адекватной позитивной самооценки и Я-концепции;
- понимать плюсы и минусы характера других людей;
- позитивному самоотношению
- осознавать степень принятия себя как мужчины\женщины
- понимать особенности неуверенного поведения и его психологических причины;
- осознанию необходимости защищать себя, свою жизненную позицию.

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия

Ученик научится:

- удерживать цель деятельности до получения её результата;
- анализу достижения цели;
- оценивать свой результат по заданным или определенным совместно со сверстниками критериям в соответствии с целью;
- осуществлять рефлексию своей деятельности (определяет и аргументирует причины своего успеха или неуспеха) и самостоятельно находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- корректировать текущую деятельность на основе рефлексии, предложенных условий и требований;
- проводить сравнение между настоящим и будущим;
- устанавливать причинно-следственные связи в планировании времени, между тем, чем он занимается сейчас и будущим.
- анализировать взаимоотношения в семейной ситуации;
- осуществлять рефлексию своих взаимоотношений в семье и самостоятельно находить способы выхода из ситуации конфликта;
- оценивать свой результат уверенного, неуверенного поведения совместно со сверстниками ;
- осуществлять рефлексию своего поведения и аргументировать причины отказа при групповом давлении;
- корректировать неуверенное поведение на основе рефлексии;

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить новые цели задачи.
- ориентироваться на возможное разнообразие способов пути к профессии
- ставить проблему, аргументировать её актуальность;
- самостоятельно ставить новые цели задачи в улучшении взаимоотношений с родителями.
- проводить сравнение различных стилей поведения и собственным поведением в различных ситуациях.
- построению жизненных планов во временной перспективе;

Познавательные универсальные учебные действия**Ученик научится:**

- осуществлять поиск нужной информации в учебных пособиях;
- понимать знаки, символы, модели, схемы, приведенные в учебных пособиях;
- понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме;
- проводить сравнение, классификацию, устанавливать причинно-следственные связи, обобщать.
- проводить аналогии между взаимоотношениями в семьях сверстников и собственным опытом.
- проводить сравнение различных стилей поведения и собственным поведением в различных ситуациях.

Ученик получит возможность научиться:

- ориентироваться на возможное разнообразие способов решения различных заданий, упражнений, трудных ситуаций, конфликтов;
- выделять существенные и несущественные причины ситуаций;
- обобщать опыт семейного взаимодействия
- устанавливать причинно-следственные связи во взаимоотношениях с родителями и близкими взрослыми;
- обобщать особенности поведения других людей;
- устанавливать причинно-следственные связи в психологических особенностях проявления уверенности, неуверенности, самоуверенности, готовности к риску.
- ставить проблему, аргументировать её актуальность;

Коммуникативные универсальные учебные действия**Ученик научится:**

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; -формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; -адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;

- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- основам коммуникативной рефлексии;

Ученик получит возможность научиться:

- учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию -оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
- вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;
- устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;

Содержание курса Я- подросток (8 класс)

1. Диагностическая:

- Определение особенности самооценки.
- Определение КОС.

2. ВСТРЕЧИ С САМИМ СОБОЙ

Тема: Наедине с собой?

Цели занятия:

- Формирование позитивной мотивации к урокам психологии путем обращения к жизненному опыту учащихся.
- Создание условий для понимания подростками необходимости соблюдения правил работы на уроках психологии.
- Создание психологической безопасной атмосферы путем подписания контакта

Необходимые материалы:

Цветные карандаши

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Гомеостат»
- Упражнение «Герб»

Завершение занятия.

Тема: Что я знаю о себе

Цели занятия:

- Развитие групповой сплоченности
- развития рефлексии учащихся
- Создание условий для самоанализа учащимися собственного « Я – образа»

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Считаем вместе»
- Упражнение «Двадцать Я»

Завершение занятия.

Тема: Мое имя.

Цели занятия:

- Создание условий для осознания подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм.
- Создание условий для обращения подростков к архетипическому содержанию собственных имен.

Необходимые материалы:

Информация о традиционных значениях имен подростков

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Сочинение сказки»
- Упражнение « Дорису – ка»

Завершение работы

Тема: Мои имена.

Цели занятия:

- Создание условий для самоанализа подростками отношения к имени как проекции самоотношения.
- Создание условий для осознания подростками ограничительного значения собственного имени и его различных форм.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей
- Цветные карандаши

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение « Мои имена»
- Упражнение « Что в имени тебе моем»

Завершение занятия.

Тема: Мое уникальное «Я»

Цели занятия:

- Создание условий для развития рефлексии подростков
- Развития рефлексии подростков путем обращения к проективным формам и обратной связи одноклассников.

Необходимые материалы:

Картинки для обсуждения « Чем люди отличаются друг от друга».

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Добрая волшебница»

Завершение занятия.

Тема: Я глазами других

Цели занятия:

- Создание условий для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи.
- Развитие социального интеллекта подростков и навыков внимательного отношения к другому человеку.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение « Постройся по...»
- Упражнение «Кто ты?»

Завершение занятия.

Тема: Как меня видят другие?

Цели занятия:

- Создание условий для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи.
- Развитие социального интеллекта подростков и навыков внимательного отношения к другому человеку.

Необходимые материалы:

- Репродукции разнообразных портретов известных людей.
- Бумага для рисования.
- Скотч.
- Цветные карандаши
- Клей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждается вопрос.
- Упражнение «Глазами других»

Завершение занятия.

Тема: Мои достоинства и недостатки

Цели занятия:

- Создание условий для самоанализа подростками собственных достоинств и недостатков

Необходимые материалы:

- Бумага для записей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Мои достоинства и недостатки»
- Упражнение «Соринка в чужом глазу»

Завершение занятия.

Тема: Мои « плюсы и минусы со стороны»

Цели занятия:

- Предоставление подросткам обратной связи об их достоинствах и недостатках с точки зрения других людей.
- Создание условий для повышения уровня самопринятия подростков

Необходимые материалы:

- Списки достоинств и недостатков каждого подростка, составленные психологом по результатам анкетирования.
- Клей
- Карточки с незаконченными предложениями

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение « Что обо мне сказали»
- Упражнение «Обратная связь»
- Упражнение «Скажи о себе что –нибудь хорошее»

Завершение занятия.

Тема: Мои недостатки

Цели занятия:

- Создание условий обращения подростков к собственным недостаткам как к нормальным особенностям личности любого человека.
- « Нормализация», связанная с субъективными переживаниями собственных недостатков подростками.
- Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как способ саморазвития личности.

Необходимые материалы:

- Цветные карандаши.
- Бумага для записей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Сказка по кругу»
- Упражнение «Карикатура»

Завершение занятия.

Тема: Как превратить недостатки в достоинства?

Цели занятия:

- Создание условий для осознания подростками развивающихся возможностей собственных недостатков.
- Создание условий для развития позитивного самоотношения учащихся

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Превращение»
- Упражнение « Брачное объявление»

Завершение занятия.

Тема: Мои ценности

Цели занятия:

- Создание условий для обращения подростков к собственной ценностно – смысловой сфере.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей.
- Лист ватмана с конвертами различных размеров для упражнения « Мои ценности».

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение
- Упражнение «Мои ценности»

Завершение занятия.

Тема: Наши ценности

Цели занятия:

- Создание условий для обращения подростков к собственной ценностно – смысловой сфере.
- Предоставление подросткам информации о ценностях одноклассников для развития навыков децентрации в общении.

Необходимые материалы:

- Списки ценностей из большого, среднего и маленького сейфов.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение
- Упражнение «Дом »

Завершение занятия.

Тема: Я в «Бумажном зеркале»

Цели занятия:

- Создание условий для развития рефлексии учащихся на основе результатов тестирования по методике Кеттелла (диагностический этап).

Ход занятия:

- Приветствие.
- Процедура тестирования
- Тест Кэттелла
- Текст опросника

Завершение занятия.

Тема: « Отражение»

Цели занятия:

- Создание условий для развития рефлексии учащихся в режиме развивающей психодиагностики (рефлексивный этап).

Необходимые материалы:

- Результаты тестирования для каждого учащегося
- Клей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Угадай – ка!»

Завершение занятия.**Тема: Как я выгляжу?****Цели занятия:**

- Создание условий для осознания подростками собственных стереотипов «идеальной внешности»
- Создание условий для объективной оценки учащимися своей внешности.

Необходимые материалы:

- Фотографии известных мужчин и женщин (например, постеры из подростковых журналов).

- Бумага для записей

Ход занятия:

- Приветствие.
- Игра «Встаньте те, кто...»
- Упражнение «Идеал»

Завершение занятия.**Тема: Как я выгляжу? (продолжение)****Цели занятия:**

- Разрядка негативных чувств, связанных у подростков с переживанием недостатков своей внешности.
- Поиск ресурсов самопринятия с помощью анализа ребятами своих достоинств.

Необходимые материалы:

- Цветные карандаши.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Кривое зеркало»
- Упражнение «Недостатки внешности и ее достоинства»

Завершение занятия.**Домашнее задание.****3. Мое настоящее и будущее****Тема: Планирование времени****Цели занятия:**

- Создание условий для исследования подростками особенностей организации своего времени.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждается вопрос
- Упражнение «Мое настоящее»

Завершение занятия.**Тема: Время взрослеть****Цели занятия:**

- Создание условий для обращения подростков к собственным перспективным планам.

Необходимые материалы:

- Цветные карандаши.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение « Перспективы».

Завершение занятия.

Тема: Моя будущая профессия

Цели занятия:

- Создание условий для осознания подростками сформированности собственных профессиональных планов

Ход занятия:

- Приветствие.
- Игра « Профессиональные ассоциации»
- Упражнение «Журналист»

Завершение занятия.

4. Семья

Тема: Моя семья

Цели занятия:

- Актуализация у подростков опыта семейного взаимодействия.
- Создание условий для осознания подростками позитивного семейного опыта.

Необходимые материалы:

- Цветные карандаши.
- Фотографии, принесенные ребятами и ведущим

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Генеалогическое дерево» .
- Упражнение «Семейные фотографии»

Завершение занятия.

Тема: « Трудные дети» и « трудные родители»

Цели занятия:

- Анализ наиболее часто встречающихся затруднений в отношениях подростков с родителями.
- Создание условий для поиска подростками причин трудностей в отношениях с родителями.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение « Копилка семейных трудностей»
- Упражнение « Трудные родители и трудные дети»

Завершение занятия.

Тема: Мои права в семье

Цели занятия:

- Актуализация чувств, связанных с семейной ситуацией.
- Анализ прав и обязанностей различных членов семьи.
- Формирование представлений о партнерстве в отношениях родителей и детей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение. « Идеальное отношение в семье»

-Упражнение «Мои права».

Завершение занятия.

5. Семья

Тема: Что такое дружба

Цели занятия:

- Формирование представлений о дружбе и ее психологических составляющих.
- Создание условий для анализа подростками собственных стереотипов в понимании дружбы как препятствия к установлению близких отношений с другими людьми.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей.
- Скотч.
- Цветные карандаши.
- Клей.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Ассоциации».
- Упражнение «Ищу друга».

Завершение занятия.

Тема: Мужчины и женщины

Цели занятия:

- Создание условий для осознания подростками степени принятия себя как мужчины, женщины (полоролевая самоидентификация).
- Обращение к существующим у подростков гендерным стереотипам.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей.
- Цветная бумага, картон, фольга, старые журналы, газеты и книги с картинками
- Клей, ножницы.
- Скотч для упражнения «Коллаж»
- Цветные карандаши.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение
- Упражнение «Коллаж»

Завершение занятия.

Тема: Я -... (тема дописывается каждым индивидуально: «Я – мужчина», «Я – женщина»)

Цели занятия:

- Создание условий для полоролевой индентификаци учащихся.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей.
- Картинки с изображением мужчин и женщин, юношей и девушек, мальчиков и девочек, стариков и старушек для упражнения «Открытки»

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение « Кино про жизнь»
- Упражнение «Открытки»

Завершение занятия.

Тема: Что такое любовь?

Цели занятия:

- Создание условий для анализа стереотипов в понимании любви, препятствующих к установлению близких отношений с другими людьми.

Необходимые материалы:

Коробки упаковочная бумага и ленточки.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Сиамские близнецы»

Завершение занятия.

6. Уверенное поведение

Тема: Рисковать или не рисковать?

Цели занятия:

- Создание условий для осознания подростками своего отношения к риску и состоянию азарта.
- Создание условий для разрядки стремления к необдуманному риску и формирования представлений об осознанном риске.

Необходимые материалы:

- Бумага для записей

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение. Что значит рисковать? Зачем люди рискуют?
- Упражнение «Казино»

Завершение занятия.

Тема: Что такое уверенность в себе.

Цели занятия:

- обращение к опыту неуверенного поведения подростков, описание особенностей неуверенного поведения и его психологических причин.
- Формулирование представлений о различиях между уверенным неуверенным и самоуверенным поведением.
- Создание условий для оценки подростками своего уровня уверенности в себе.

Необходимые материалы:

- Цветные карандаши.
- Бумага для рисования для упражнения «Три портрета»
- Кнопки или скотч

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Пальцы»
- Упражнение «Три портрета»
- Упражнение «Геометрия уверенности»
- Рефлексия упражнения

Завершение занятия.

Тема: Чем уверенность отличается от самоуверенности.

Цели занятия:

- Закрепление навыка сказать «нет»
- Формирование представлений об оптимальном самоутверждении.
- Тренинг оптимального самоутверждения.

Необходимые материалы:

- Перечень характеристик уверенного, неуверенного и самоуверенного поведения.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Упражнение «Просьба и отказ».
- Упражнение «Уверенное поведение».

Завершение занятия.

Тема: Умение сказать « нет»

Цели занятия:

- Формирование навыка противостояния групповому давлению.
- Формирование « культуры отказа»
- Создание условий для осознания подростками необходимости защищать себя, свою жизненную позицию.

- Необходимые материалы:

- Игровые карточки для упражнения «Волк и семеро козлят»

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Волк и семеро козлят».

Индивидуальная работа в тетради.

Завершение занятия.

Тема: Тренируем уверенность в себе

Цели занятия:

- Создание условий для тренировки подростками уверенного поведения на модели игровой деятельности.
- Формулирование правил уверенного поведения и тренировка навыка их соблюдения.

Необходимые материалы:

- Перечень признаков уверенного и неуверенного поведения.
- « Копилка трудных ситуаций».
- Игровые карточки для упражнения « Лошадь»

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение «Лошадь»

Индивидуальная работа в тетради.

Завершение занятия.

Тема: Уверенное выступление

Цели занятия:

- Закрепление представлений об уверенном и неуверенном поведении.
- Тренировка навыков уверенного выступления на модели игровой ситуации.
- Развитие навыков бесконфликтного взаимодействия со сверстниками.

- Необходимые материалы:

- Перечень правил уверенного выступления.
- Игровые карточки для упражнения « Шуточный экзамен» : билеты и экзаменационные листы.

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение.
- Упражнение « Шуточный экзамен».

Индивидуальная работа в тетради.

Завершение занятия.

7. Чему я научился на занятиях.

Тема: Подведение итогов

Цели занятия:

- Создание условий для рефлексии подростками собственных достижений на уроках психологии в 8 классе.

- Необходимые материалы:

- Бумага для записей
- Клей

Ход занятия:

- Приветствие.
- Обсуждение
- Упражнение « Я желаю сам себе».
- Упражнение « Комплимент».

Индивидуальная работа в тетради.

Завершение занятия.

№	Название раздела (темы) программы	Количество часов	Практическая часть (количество часов)	Содержательные единицы программы	Планируемые результаты
1	ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ Что значит – «я подросток».	1		Осуждение правил групповой работы. Создание условий для осознания подростками происходящих с ними психологических изменений.	<p>Личностные универсальные учебные действия Ученик научится: -сотрудничать и выстраивать диалог со сверстниками и взрослыми; - осуществлять личностный выбор на основе знания и понимания моральных норм. Ученик получит возможность научиться: – готовности к самообразованию и самовоспитанию путем обращения к жизненному опыту учащихся повышению позитивной мотивации к урокам психологии;</p> <p>Метапредметные результаты Регулятивные универсальные учебные действия Ученик научится: - удерживать цель деятельности до получения её результата; Ученик получит возможность научиться: - самостоятельно ставить новые цели задачи.</p> <p>Познавательные универсальные учебные действия Ученик научится: - понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме; Ученик получит возможность научиться: - проводить аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом. - ставить проблему, аргументировать её актуальность;</p> <p>Коммуникативные универсальные учебные действия Ученик научится: -формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</p>

					<p>-задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с другими;</p> <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; -вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию;
2	Встречи с самим собой	16	16	<p>1. Наедине с собой?</p> <p>2.Что я знаю о себе. Мои имена.</p> <p>3.Мое уникальное «Я»</p> <p>4.Я глазами других</p> <p>5.Как меня видят другие?</p> <p>6.Мои достоинства и недостатки</p> <p>7.Мои « плюсы и минусы со стороны»</p> <p>8.Мои</p>	<p>Планируемые результаты</p> <p>Личностные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сотрудничать и выстраивать диалог со сверстниками и взрослыми; - различать основные нравственно-эстетические понятия; - осуществлять личностный выбор на основе знания и понимания моральных норм. - оценивать свои достоинства и недостатки; -контролировать свои эмоции. - осознавать свои ресурсы, опираться на них; - видеть себя глазами других, получая обратную связь от своих товарищей; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать плюсы и минусы характера других людей; - оценивать свои и чужие поступки. – готовности к самообразованию и самовоспитанию; - позитивному самоотношению – адекватной позитивной самооценки и Я-концепции; <p>Метапредметные результаты</p> <p>Регулятивные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - удерживать цель деятельности, выполняя различные задания; - анализу достижения цели; - самоанализу значимой обратной связи; - осуществлять рефлексию своей деятельности (определяет и

			<p>недостатки</p> <p>9.Как превратить недостатки в достоинства?</p> <p>10.Мои ценности</p> <p>11.Наши ценности</p> <p>12.Я в «Бумажном зеркале»</p> <p>13.«Отражение»</p> <p>Как я выгляжу</p>	<p>аргументирует причины своего успеха или неуспеха) и самостоятельно находить способы выхода из ситуации неуспеха;</p> <p>- корректировать текущую деятельность на основе рефлексии;</p> <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <p>- самостоятельно ставить новые цели задачи.</p> <p>Познавательные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <p>- понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме;</p> <p>- осуществлять синтез как составление целого из его частей;</p> <p>- проводить сравнение, классификацию изученных фактов по заданным основания (критериям);</p> <p>- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;</p> <p>- обобщать (выделять ряд объектов по заданному признаку).</p> <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <p>- ориентироваться на возможное разнообразие способов решения проблемы;</p> <p>- выделять существенные и несущественные признаки объектов, сравнивать и классифицировать по заданным и самостоятельно выбранным критериям, устанавливать аналогии (на материале соответствующей классу сложности);</p> <p>-обобщать факты и явления: формулировать определения к понятиям (в сотрудничестве со сверстниками);</p> <p>-устанавливать причинно - следственные связи и зависимости (отношения, закономерности) на материале соответствующей классу сложности.</p> <p>- проводить аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом.</p> <p>- ставить проблему, аргументировать её актуальность;</p> <p>Коммуникативные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <p>-учитывать разные мнения и стремиться к координации различных</p>
--	--	--	--	--

				<p>позиций в сотрудничестве;</p> <ul style="list-style-type: none"> -формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; -аргументировать свою точку зрения; -задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с другими; -осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; -адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание; -организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы; -осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать; – работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; – основам коммуникативной рефлексии; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> -учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве; - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию -оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности; -вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими
--	--	--	--	--

					<p>нормами родного языка; -устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;</p>
3	Мое настоящее. Мое будущее	3	3	<p>1.Планирование времени 2.Время взрослеть. 3.Моя будущая профессия.</p>	<p>Планируемые результаты Личностные универсальные учебные действия Ученик научится: - осуществлять личностный выбор на основе знания и понимания моральных норм. Ученик получит возможность научиться: – готовности к самообразованию и самовоспитанию; Метапредметные результаты Регулятивные универсальные учебные действия Ученик научится: - анализу достижения цели; - корректировать текущую деятельность на основе рефлексии; - построению жизненных планов во временной перспективе; Ученик получит возможность научиться: - самостоятельно ставить новые цели, задачи; Познавательные универсальные учебные действия Ученик научится: - проводить сравнение между настоящим и будущим; - устанавливать причинно-следственные связи в планировании времени, между тем, чем он занимается сейчас и будущим. Ученик получит возможность научиться: - ориентироваться на возможное разнообразие способов пути к профессии - ставить проблему, аргументировать её актуальность; Коммуникативные универсальные учебные действия Ученик научится: -формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров; -аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою</p>

					<p>позицию не враждебным для оппонентов образом; -задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром; – основам коммуникативной рефлексии; Ученик получит возможность научиться: - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; -вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем;</p>
4	Семья	3	3	<p>1.Моя семья. 2.« Трудные дети» и « трудные родители» 3.Мои права в семье</p>	<p>Планируемые результаты Личностные универсальные учебные действия Ученик научится: - различать основные нравственно-эстетические понятия («семья, «права», «обязанности»); - осуществлять личностный выбор на основе знания и понимания моральных норм. - оценивать свои достоинства и недостатки; -контролировать свои эмоции. - осознать свои ресурсы, опираться на них; Ученик получит возможность научиться: - понимать чувства и эмоции близких людей; - оценивать свои поступки и поступки родителей. – готовности к самообразованию и самовоспитанию; – адекватной позитивной самооценки и Я-концепции; Метапредметные результаты Регулятивные универсальные учебные действия Ученик научится: - анализировать взаимоотношения в семейной ситуации; - осуществлять рефлексия своих взаимоотношений в семье и самостоятельно находить способы выхода из ситуации конфликта; - корректировать свое поведение на основе рефлексии; Ученик получит возможность научиться: - самостоятельно ставить новые цели задачи в улучшении</p>

				<p>взаимоотношений с родителями.</p> <p>Познавательные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме; - ставить проблему, аргументировать её актуальность; - проводить аналогии между взаимоотношениями в семьях сверстников и собственным опытом. <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться на возможное разнообразие способов решения конфликтов; - выделять существенные и несущественные причины конфликтных ситуаций; - обобщать опыт семейного взаимодействия - устанавливать причинно-следственные связи во взаимоотношениях с родителями и близкими взрослыми; <p>Коммуникативные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать разные мнения товарищей и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; - аргументировать свою точку зрения; - интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - основам коммуникативной рефлексии; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве; - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию - вступать в диалог, а также участвовать в коллективном
--	--	--	--	--

					<p>обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию;</p> <p>-устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;</p>
5	Дружба и любовь	4	4	<p>1.Что такое дружба</p> <p>2.Мужчины и женщины</p> <p>3.Я - мужчина. Я – женщина.</p> <p>4.Что такое любовь?</p>	<p>Планируемые результаты</p> <p>Личностные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различать основные нравственно-эстетические понятия; - различать и описывать свои трудности, эмоции во взаимоотношениях с друзьями; - формулировать представления о дружбе, любви и их психологических составляющих; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать чувства и эмоции других людей; - оценивать свои и чужие поступки. – адекватной позитивной самооценки и Я-концепции; - осознавать степень принятия себя как мужчины\женщины <p>Метапредметные результаты</p> <p>Регулятивные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять рефлекссию своего поведения во взаимоотношениях с друзьями, представителями противоположного пола; и самостоятельно находить способы выхода из затруднений во взаимоотношениях; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно ставить новые цели, задачи по умению устанавливать взаимоотношения со сверстниками. <p>Познавательные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме; - устанавливать причинно-следственные связи в возникающих

					<p>трудностях взаимоотношений; - обобщать понятия «мужчина», «женщина», «дружба», «любовь».</p> <p>Ученик получит возможность научиться: - ориентироваться на возможное разнообразие способов решения конфликтных ситуаций; - ставить проблему, аргументировать её актуальность; - анализировать стереотипы в понимании любви, препятствующих к установлению близких отношений с другими людьми</p> <p>Коммуникативные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится: -учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; -формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; -аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом; – основам коммуникативной рефлексии;</p> <p>Ученик получит возможность научиться: - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; -вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем; -устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;</p>
6	Уверенное поведение	6	6	<p>1.Рисковать или не рисковать?</p> <p>2.Что такое уверенность в себе.</p>	<p>Планируемые результаты</p> <p>Личностные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится: - осознанию своего отношения к риску и состоянию азарта; - различать уверенное, неуверенное и самоуверенное поведение. -сотрудничать и выстраивать диалог со сверстниками и взрослыми; - различать основные нравственно-эстетические понятия;</p>

				<p>3. Чем уверенность отличается от самоуверенности</p> <p>4. Умение сказать «нет»</p> <p>5. Тренируем уверенность в себе</p> <p>6. Уверенное выступление</p>	<ul style="list-style-type: none"> - осуществлять личный выбор на основе знания и понимания моральных норм. - различать и описывать свои эмоциональные состояния; - уметь противостоять групповому давлению. <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать особенности неуверенного поведения и его психологических причины; - оценивать свои и чужие поступки; - готовности к самообразованию и самовоспитанию; - адекватной позитивной самооценки и Я-концепции; - осознанию необходимости защищать себя, свою жизненную позицию. <p>Метапредметные результаты</p> <p>Регулятивные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализу достижения цели; - оценивать свой результат уверенного, неуверенного поведения совместно со сверстниками ; - осуществлять рефлексию своего поведения и аргументировать причины отказа при групповом давлении; - корректировать неуверенное поведение на основе рефлексии; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно ставить новые цели задачи. <p>Познавательные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме; - проводить сравнение различных стилей поведения и собственным поведением в различных ситуациях. <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выделять существенные и несущественные признаки, сравнивать и классифицировать - обобщать особенности поведения других людей;
--	--	--	--	---	--

				<p>- устанавливать причинно-следственные связи в психологических особенностях проявления уверенности, неуверенности, самоуверенности, готовности к риску.</p> <p>- ставить проблему, аргументировать её актуальность;</p> <p>Коммуникативные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <p>-учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</p> <p>-формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</p> <p>-аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;</p> <p>-задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</p> <p>-осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</p> <p>-адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;</p> <p>-организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;</p> <p>-осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</p> <p>– работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</p> <p>– основам коммуникативной рефлексии;</p> <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <p>-учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве;</p>
--	--	--	--	---

					<ul style="list-style-type: none"> - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию - оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности; - вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка; - устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;
7	Подведение итогов	1	1	Создание условий для рефлексии собственных достижений на уроках психологии в 8 классе.	<p>Планируемые результаты</p> <p>Личностные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сотрудничать и выстраивать диалог со сверстниками и взрослыми; - осуществлять личный выбор на основе знания и понимания моральных норм. - различать и описывать свои эмоциональные состояния; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению; - готовности к самообразованию и самовоспитанию; <p>Метапредметные результаты</p> <p>Регулятивные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализу достижения цели; - оценивать свой результат по заданным или определенным совместно со сверстниками критериям в соответствии с целью; - осуществлять рефлексию своей деятельности; <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно ставить новые цели задачи. <p>Познавательные универсальные учебные действия</p>

				<p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать заданный вопрос, в соответствии с ним строить ответ в устной форме; - осуществлять синтез как составление целого из его частей; - проводить сравнение, классификацию изученных фактов по заданным основания (критериям); - устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений; - обобщать (выделять ряд объектов по заданному признаку). <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентироваться на возможное разнообразие способов решения задачи; - обобщать факты и явления: формулировать определения к понятиям (в сотрудничестве со сверстниками); - проводить аналогии между изучаемым материалом и собственным опытом. - ставить проблему, аргументировать её актуальность; <p>Коммуникативные универсальные учебные действия</p> <p>Ученик научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; -адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание; - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы; - работать в группе — устанавливать рабочие отношения,
--	--	--	--	---

					<p>эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</p> <p>– основам коммуникативной рефлексии;</p> <p>Ученик получит возможность научиться:</p> <p>-вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию, владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка;</p> <p>-устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;</p>
	Всего:	34 часа	33 часа		

Календарно-тематическое планирование. «Я-подросток» 8 - е классы

№	Тема занятия	Формы работы	Дата (план)	Дата (по факту)
1.	Ведение	Диагностические процедуры	06.09.2023	
2.	Наедине с собой?	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения	13.09.2023	
3.	Что я знаю о себе	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения	20.09.2023	
4.	Мое имя	Групповая и индивидуальная работа. Сюжетные упражнения	27.09. 2023	
5.	Мои имена	Групповая и индивидуальная работа. Сюжетные упражнения	04.10.2023	
6.	Мое уникальное «Я»	Тренинговые упражнения	11.10.2023	
7.	Я глазами других	Тематические игры, творческие задания, упражнения.	18.10.2023	
8.	Как меня видят другие?	Работа в малых группах. Сюжетные упражнения	25.10.2023	
9.	Мои достоинства и недостатки	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения	08.11.2023	
10.	Мои «Плюсы» и «Минусы со стороны»	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения	15.11.2023	
11.	Мои недостатки	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения	22.11.2023	

12.	Как превратить недостатки в достоинства?	Групповая дискуссия. Психотехнические упражнения	29.11.2022	
13.	Мои ценности. Наши ценности.	Групповая дискуссия. Индивидуальная работа	06.12.2023	
14.	Я в « бумажном зеркале».	Диагностические процедуры	13.12.2023	
15.	Отражение	. Работа в малых группах. Сюжетные упражнения	20.12.2023	
16.	Как я выгляжу	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения	27.12.2023	
17.	Как я выгляжу	Групповая и индивидуальная работа. Психотехнические упражнения. Релаксационные методы	10.01.2024	
18.	Планирование времени	Групповое обсуждение. Индивидуальная работа	17.01.2024	
19.	Время взрослеть.	Групповое обсуждение. Индивидуальная работа	24.01.2024	
20.	Моя будущая профессия.	Диагностические процедуры	31.01.2024	
21.	Моя семья.	Групповое обсуждение. Индивидуальная работа	07.02.2024	
22.	« Трудные дети» и « трудные родители»	Групповая и индивидуальная работа. Сюжетные упражнения	14.02.2024	
23.	Мои права в семье	Групповое обсуждение. Индивидуальная работа	28.02.2024	
24.	Что такое дружба	Групповая дискуссия. Творческое задание	06.03.2024	

25.	Мужчины и женщины	Групповая дискуссия. Ситуационно-ролевые и развивающие игры	13.03.2024	
26.	Я - мужчина. Я – женщина.	Групповое обсуждение. Сюжетные упражнения	20.03.2024	
27.	Что такое любовь?	Групповая дискуссия. Сюжетные упражнения	03.04.2024	
28.	Рисковать или не рисковать?	Групповое обсуждение. Игра «Казино»	10.04.2024	
29.	Что такое уверенность в себе.	Групповая дискуссия.	17.04.2024	
30.	Чем уверенность отличается от самоуверенности	Групповое обсуждение. Сюжетные упражнения	24.04.2024	
31.	Умение сказать «нет»	Психотехнические упражнения	08.05.2024	
32.	Тренируем уверенность в себе	Психотехнические упражнения	15.05.2024	
33.	Уверенное выступление	Тренинговые упражнения	22.05.2024	
34.	Подведение итогов	Диагностические процедуры	29.05.2024	
ИТОГО: 34 часа				

Список литературы.

1. Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или Учимся жить в современном мире. – М. : ВАКО, 2006
2. Микляева А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии. – СПб.: Издательство «Речь», 2011
3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения: практическое пособие: в 4т М.:2010
4. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе. – М.: Генезис, 2005
5. 3. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе - М: Совершенство, 1998.-298с. (Практическая психология в образовании)