

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1 города Карабаша
Челябинской области**

Согласовано:
Зам.директора по ОВР
_____ Пензина Н.А.
« ___ » _____ 20 ___ г.

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ № 1
_____ Галиахметова О.А.
« ___ » _____ 20 ___ г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
(социальной направленности)**

Срок реализации: 5 лет

Возрастная категория обучающихся: 11-16 лет

Автор: Баутина Наталья Владимировна,
педагог - психолог

г. Карабаш

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные	«У обучающегося будут сформированы»	Класс	«Обучающийся получит возможность для формирования»	Год освоения
	<ul style="list-style-type: none"> • внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»; • широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы; • учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; • ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей; • способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности; • ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей; • знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм; • развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения • эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им; • установка на здоровый образ жизни; 	5	<p>внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;</p> <ul style="list-style-type: none"> • выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения; • устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач; • адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности; • положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»; • компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности; • морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям; • установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках; • эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на 	1

			помощь и обеспечение благополучия.	
	<ul style="list-style-type: none"> • формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; • формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики; • развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; • формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности. 	6	внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно - познавательных мотивов и предпочтений социального способа оценки знаний	2
	<ul style="list-style-type: none"> • ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей; • знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм; 	7	<ul style="list-style-type: none"> • компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности; • морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям; 	3
	<ul style="list-style-type: none"> • развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; • эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им; • установка на здоровый образ жизни; 	8	<ul style="list-style-type: none"> • установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках; • эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия. • строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях; 	4
	«У выпускника будут сформированы».	Класс	«Выпускник получит возможность для формирования»	Год освоения
	<ul style="list-style-type: none"> • Способность правильно понимать потребности 	9	<ul style="list-style-type: none"> • умение правильно выстраивать взаимоотношения 	5

	потребности других людей; • Понимать их вербальное и невербальные и невербальные сообщения и соответственно строить свое поведение.		с окружающими.	
Метапредметные результаты:	«Обучающийся научится»	Класс	«Обучающийся получит возможность научиться»	Год освоения
Познавательные	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета; • строить сообщения в устной и письменной форме; • строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях; • обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи; 	5	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет. 	1
	<ul style="list-style-type: none"> • анализировать свое эмоциональное состояние; • анализировать свои личностные особенности; • слушать и слышать собеседника; • учитывать мнение собеседника; • уметь вставить на сторону собеседника; • строить рассуждения, доказывать свою точку зрения; • устанавливать последовательность событий; • понимать информацию, представленную в неявном виде 	6	<ul style="list-style-type: none"> • С помощью диагностических методик выявлять свое эмоциональное состояние; • С помощью диагностических методик выявлять свои личностные особенности; • Вести диалог и полилог; • строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей; • устанавливать последовательность событий, выявлять недостающие элементы; • Понимать скрытый подтекст высказывания; 	2
	<ul style="list-style-type: none"> • строить сообщения в устной и письменной форме; 	7	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети 	3

			Интернет.	
	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета; адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач; 	8	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет. 	4
	«Выпускник научится»	Класс	«Выпускник получит возможность научиться»	Год освоения
	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета; 	9	<ul style="list-style-type: none"> • осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет. 	5
Коммуникативные	<ul style="list-style-type: none"> • адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач; • допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; • учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; • формулировать собственное мнение и позицию; • договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том 	5	<ul style="list-style-type: none"> • учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной; • учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; • понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы; • аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; • продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников; • с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру 	1

	<p>числе в ситуации столкновения интересов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; • задавать вопросы; • контролировать действия партнёра. 		<p>необходимую информацию как ориентир для построения действия;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 эффективного решения разнообразных коммуникативных задач. 	
	<ul style="list-style-type: none"> • строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора; • формулировать вопросы; 	6	<ul style="list-style-type: none"> • строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора и отвечать на поставленные вопросы • формулировать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером 	2
	<ul style="list-style-type: none"> • договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; 	7	<ul style="list-style-type: none"> • понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы; • аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; • продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников; 	3
	<ul style="list-style-type: none"> • строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; • задавать вопросы; • контролировать действия партнёра. 	8	<ul style="list-style-type: none"> • с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия; • 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 эффективного решения разнообразных 	4

			коммуникативных задач.	
	«Выпускник научится»	Класс	«Выпускник получит возможность научиться»	Год освоения
	Целостное восприятие закономерностей общения и взаимодействия с окружающими.	9	Освоение приемов конструктивного общения, умение обмениваться вербальной и невербальной информацией, навыков активного слушания, понимание причин возникновения психологических барьеров в общении и способов их преодоления.	5

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

Формами организации деятельности обучающихся являются художественные, творческие, игровые, сказкотерапия.

Видами деятельности обучающихся являются: осмысление задачи, прогнозирование последствий деятельности. Преобразование практической задачи в познавательную, умение применять полученные знания на практике, осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков и др.

Пятый класс (35 часов)

Тема 1. Введение в мир психологии (2 часа).

Осмысление учащимися зачем нужна психология?

Тема 2. Я – это я (10 часов).

Осознание своих качеств и повышение самооценки.

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

Рефлексия эмоциональных состояний. Адекватное самовыражение своих чувств.

Тема 4. Я и мой внутренний мир (3 часа).

Научиться подчеркивать ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека.

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

Осознание ответственности за свои чувства и мысли.

Тема 6. Я и ты (8 часов).

Осознание своих проблем в подростковой дружбе, своих изменений.

Тема 7. Мы начинаем меняться (5 часов).

Мотивация к позитивному самоизменению.

Шестой класс (35 часов).

Тема 1. Агрессия и ее роль в развитии человека (10 часов).

Осознание различия между агрессией и агрессивностью. Научиться контролировать собственное агрессивное поведение, правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Тема 2. уверенность в себе и ее роль в развитии человека (12 часов).

Обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека.

Тема 3. Конфликты и их роль в усилении «Я» (8 часов).

Осознание роли конфликтов в жизни человека. Уметь конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Тема 4. Ценности и их роль в жизни человека (5 часа).

Седьмой класс (35 часов)

Тема:1. Эмоциональная сфера человека (10 часов).

Обратить внимание на важность эмоциональной сферы в жизни человека.

Тема: 2 . эмоциональное восприятие: как узнать другого человека (12 часов).

Научиться понимать других людей; оптимизировать общения с окружающими.

Тема 3. Межличностная привлекательность: любовь, дружба (13 часов).

Научиться рефлексии процесса общения со сверстниками.

Восьмой класс (35 часов).

Тема 1. Я – концепция и ее ключевые моменты (7 часов).

Расширить самосознания подростков.

Тема 2. Основные состояния человека: ребенок, взрослый, родитель (9 часов).

Познакомиться с основными состояниями человека и их поведенческими проявлениями; Научиться рефлексии собственного поведения.

Тема 3.эмоциональный мир человека (12 часов).

Осознание подростками своей эмоциональной сферы.

Тема 4.мотивационная сфера личности? (6 часов)

Осознание подростками своей мотивационной сферы.

Девятый класс (34 часа)

Тема 1. Вербальная информация (3 часа).

Ознакомиться с понятием психология и предметами ее изучения. Знакомство с механизмами речи, ролью речи в развитии человека и человечества.

Тема 2. Невербальная информация (4 часа).

Общее представление о невербальной коммуникации. Ознакомиться с влиянием на окружающих с помощью невербальной информации.

Тема 3. Умение слушать (4 часа).

Ознакомиться с рефлексивным и нерефлексивным слушанием. Овладеть построением сообщения. «Я - сообщения» и «Ты - сообщения».

Тема 4. Человек и общество (4 часа).

Познакомиться с понятием роли биологического и социального, ролевыми ожиданиями.

Тема 5. Рефлексия вербальная (1 час).

Осознание своей роли в межличностных отношениях.

Тема 6. Рефлексия невербальная (1 час).

Осознание своего образа глазами других людей.

Тема 7. Личность и ее развитие (2 часа).

Ознакомиться с теорией устойчивых личностных черт, ролью детства в развитии, иерархией потребностей, самоактуализацией.

Тема 8. Я и другие (5 часов).

Осознать свое социальное положение и роль в группе. Познакомиться с факторами окружающей среды. Овладеть механизмами взаимодействия с окружающими.

Тема 9. Психологическая защита (2 часа).

Ознакомиться с причинами стресса и аномального поведения.

Тема 10. Механизмы психологической защиты (4 часа).

Ознакомиться с механизмами психологической защиты, организацией психологических барьеров.

Тема 11. Преодоление психологической защиты (3 часа).

Ознакомиться с символическими действиями преодоления психологической защиты. Осознание формирования нового образа «я». Приобретение навыков регулирования высоты барьеров, снижения масштаба травмы. Предотвращение закрепления беспомощности и страхов. Усиление активности для изменения хода событий. Отношение к травмирующим событиям с юмором.

Тема 12. Релаксация (1 час).

Освоение приемов для релаксации.

Тема 13. Формирование образа будущего (1 час).

Формирование образа своего будущего.

3. Тематическое планирование.

5 класс.

№	Тема раздела. Кол-во часов	Содержание раздела	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Введение в мир психологии. 2 часа.	Входная диагностика.	1	1
2	Я – это я 10 часов.	Кто я, какой я?	1	0
3		Я – могу.	0	1
4		Я нужен!	0	1
5		Я мечтаю.	0	1
6		Я – это мои цели.	0	2
8		Я – это мое детство.	0	1
11		Я – это мое настоящее.	0	1
13		Я – это мое будущее.	0	2
15	Я имею право чувствовать и выразить свои чувства. 4 часа.	Чувства бывают разные.	1	1
16		Стыдно ли бояться?	0	1
17		Имею ли я право сердиться и обижаться?	0	1
18	Я и мой внутренний мир. 3 часа.	Каждый видит мир и чувствует его по – своему.	1	1
20		Любой внутренний мир ценен и уникален.	0	1
21	Кто в ответе за мой внутренний мир? 3 часа.	Трудные ситуации могут научить меня.	1	1
22		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	0	1
24	Я – и ты 8 часов.	Я и мои друзья.	1	1
25		У меня есть друг.	0	1
26		Я и мои «колючки».	1	1
27		Что такое одиночество?	1	1
29		Я не одинок в этом мире.	0	1
30	Мы начинаем меняться. 5 часов.	Нужно ли человеку меняться?	1	1
31		Самое важное захотеть меняться.	0	1
32		Итоговая диагностика.	0	1
33		Заключительное занятие.	0	1
	Итого: 35 часов.		Итого: 9	Итого: 26

6 класс

№	Тема раздела. Кол-во часов	Содержание раздела	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Агрессия и ее роль в развитии человека. 10 часов.	Входная диагностика.	1	0
2		Я повзрослел.	0	1
3		У меня появилась агрессия.	1	1
4		Как выглядит агрессивный человек?	0	1
5		Как звучит агрессия?	0	1
6		Конструктивное реагирование на агрессию.	1	1
8		Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	0	1
11		Учимся договариваться.	0	1
15	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека. 12 часов.	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	1
16		Источники уверенности в себе.	1	1
17		Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1	1
18		Я становлюсь увереннее.	0	1
20		Уверенность и самоуважение.	0	1
22		Уверенность и уважение к другим.	0	1
25		Уверенность в себе и милосердие.	1	1
27		Уверенность в себе и непокорность.	0	1
29	Конфликты и их роль в усилении я. 8 часов.	Что такое конфликт?	1	1
31		Конфликты в школе, дома, на улице.	0	1
33		Способы поведения в конфликте.	1	1
34		Конструктивное разрешение конфликтов.	0	1
35		Конфликт как возможность развития.	0	1
36		Готовность к разрешению конфликта.	0	1
37	Ценности и их роль в жизни человека. 5 часа.	Что такое ценности.	1	0
38		Ценности и жизненный путь.	0	1
39		Мои ценности.	0	1
40		Итоговая диагностика.	0	1
41		Итоговое занятие	0	1
	Итого: 35 часов.		Итого: 10	Итого: 25

7 класс

№	Тема раздела. Кол-во часов	Содержание раздела	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Эмоциональная сфера человека. 10 часов	Входная диагностика.	0	1
2		Почему нужно изучать чувства.	1	1
3		Основные законы психологии эмоций.	1	1
4		Запреты на чувства.	0	1
5		Эффект обратного.	1	1
6		Передача чувств по наследству.	0	1
8		Психогигиена эмоциональной жизни.	0	1
11		Эмоциональное восприятие: как узнавать другого человека. 12 часов	Как мы получаем информацию о человеке.	1
15	Учимся понимать жесты и позы.		0	1
16	Жесты.		1	1
17	Невербальные признаки обмана.		0	1
18	Понимание причин поведения людей.		0	1
20	Впечатление, которое мы производим.		0	1
22	Из чего складывается впечатление о человеке.		0	1
25	Способы понимания социальной информации.		0	1
27	Влияние эмоций на познание.		0	1
29	Обобщение темы.		0	1
31	Межличностная привлекательность: любовь, дружба. 13 часов.	Привлекательность человека.	0	1
33		Взаимность или обоюдная привлекательность.	0	1
34		Дружба.	0	1
35		Четыре модели общения.	1	0
36		Романтические отношения или влюбленность.	0	1
37		Половая идентичность и ее развитие у подростков.	1	1
38		Любовь.	0	1
39		Переживание любви.	0	1
40		Что помогает и что мешает любви.	1	1
41		Итоговая диагностика.	0	1
42		Итоговое занятие	0	1
		Итого: 35 часов		Итого: 8

8 класс.

№	Тема раздела. Кол-во часов	Содержание раздела	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Я – концепция и ее ключевые моменты. 8 часов.	Входная диагностика.	0	1
2		Я – концепция.	1	1
3		Самоуважение.	0	1
4		Самоконтроль.	0	1
5		Самоэффективность.	0	1
6		Пол как ключевой аспект Я.	0	1
8		Личностные особенности юношей и девушек	0	1
11	Основные состояния человека: ребенок, взрослый, родитель. 8 часов.	Три состояния личности.	1	0
15		«Внутренний ребенок» какой он?	1	1
16		Внутренний ребенок бывает разным: естественный и приспособившийся.	1	1
17		Внутренний родитель бывает разным: заботливым и контролирующим.	1	1
18		Внутренний взрослый: истинный и мнимый.	0	1
20	Эмоциональный мир человека. 12 часов.	Эмоции и чувства.	0	1
22		Психические состояния и их свойства.	1	1
25		Напряжение.	0	1
27		Настроение.	0	1
29		Настроение и активность человека.	0	1
31		Как управлять своим состоянием.	0	1
33		Как изменить состояние.	0	1
34		Возрастной аспект состояний: состояние подростка.	1	1
35		Стресс.	0	1
36		Трудные ситуации и развитие.	0	1
37	Мотивационная сфера личности. 7 часов.	Мотив и его функции.	1	0
38		«Борьба мотивов».	0	1
39		Привычки, интересы, мечты.	0	1
40		Мотивация помощи и альтруистического поведения.	1	1
41		Итоговая диагностика.	0	1
42		Итоговое занятие (викторина).	0	1
	Итого: 35 часов.		Итого: 9	Итого: 26

9 класс.

№	Тема раздела. Кол-во часов	Содержание раздела	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Общение вербальное. 3 часа.	Входная диагностика.	0	1
2		Письменная и устная речь.	1	0
3		Речь «грязная» и «чистая».	0	1
4	Общение невербальное. 3 часа.	Общее представление о невербальной информации.	1	0
5		Информация рук и ног.	0	1
6		Информация глаз.	0	1
7	Умение слушать. 4 часа.	Установление контакта.	0	1
8		Условия рефлексивного слушания.	1	0
9		Помехи общению.	0	1
10		Обратная связь.	0	1
11	Человек и общество. 4 часа.	Понятие о роли биологического и социального.	1	0
12		Адаптация. Социальные нормы и контроль.	0	1
13		Роли и ролевые ожидания.	0	1
14		Дружеское общение и конфликт.	0	1
15	Рефлексия. 2 часа.	Рефлексия вербальная.	0	1
16		Рефлексия невербальная.	0	1
17	Личность и ее развитие. 2 часа.	Теории развития личности.	1	0
18		Позитивная психотерапия.	0	1
19	Я и другие. 5 часов.	Социальное положение и роль в группе.	0	1
20		Власть и подчинение.	1	0
21		Лидер и власть.	0	1
22		Факторы окружающей среды.	0	1
23		Взаимодействие людей.	0	1
24	Психологическая защита. 2 часа.	Понятие о некоторых причинах стресса и аномального поведения.	1	0
25		Цели психологической защиты.	0	1
26	Механизмы психологической защиты. 4 часа.	Механизмы психологической защиты.	1	0
27		Отчуждение, замещение.	0	1
28		Катарсис, сублимация.	0	1
29		Психологическая защита у подростков.	0	1
30	Преодоление психологической защиты.	Символические действия.	1	0
31		Повышение самооценки.	0	1

32	3 часа.	Откладывание достижения цели.	0	1
33	Релаксация. 1 час.	Состояние релаксации и другие психологические состояния.	1	0
34	Формирование образа будущего. 1 час	«Я в будущем».	0	1
	Итого: 34 часа.		Итого: 10	Итого: 24

**Календарно-тематическое планирование
5-е классы**

№	Тема занятия	Дата проведения занятия По плану/ Фактически
Введение в мир психологии. 2 часа		
1	Входная диагностика.	1.09
2	Введение в мир психологии.	8.09
Я – это я. 10 часов.		
3	Кто я, какой я?	15.09
4	Я – могу.	22.09
5	Я нужен!	29.09
6	Я мечтаю.	6.10
7	Я – это мои цели.	13.10
8	Я – это мои цели.	20.10
9	Я – это мое детство.	27.10
10	Я – это мое настоящее.	10.11
11	Я – это мое будущее.	17.11
12	Я – это мое будущее.	24.11
Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. 3 часа.		
13	Чувства бывают разные.	1.12
14	Стыдно ли бояться?	8.12
15	Имею ли я право сердиться и обижаться?	15.12
Я и мой внутренний мир. 3 часа.		
16	Каждый видит мир и чувствует его по – своему.	22.12
17	Каждый видит мир и чувствует его по – своему.	12.01
18	Любой внутренний мир ценен и уникален.	19.01
Кто в ответе за мой внутренний мир? 3 часа.		
19	Трудные ситуации могут научить меня.	26.01
20	Трудные ситуации могут научить меня.	2.02
21	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	9.02
Я и ты. 8 часов.		
22	Я и мои друзья.	16.02
23	Я и мои друзья.	2.03
24	У меня есть друг.	9.03
25	Я и мои «колючки».	16.03
26	Я и мои «колючки».	23.03
27	Что такое одиночество?	6.04
28	Что такое одиночество?	13.04
29	Я не одинок в этом мире.	20.04
Мы начинаем меняться. 5 часов.		
30	Нужно ли человеку меняться?	27.04
31	Нужно ли человеку меняться?	4.05
32	Самое важное захотеть меняться.	11.05
33	Итоговая диагностика.	18.05
34	Заключительное занятие.	25.05
Всего		35 часов.

**Календарно-тематическое планирование
8 класс.**

№	Тема занятия	Дата проведения занятия По плану/ Фактически
Я – концепция и ее ключевые компоненты. 8 часов		
1	Входная диагностика.	7.09
2	Я – концепция.	14.09
3	Я – концепция.	21.09
4	Самоуважение.	28.09
5	Самоконтроль.	5.10
6	Самозффективность.	12.10
7	Пол как ключевой аспект Я.	19.10
8	Личностные особенности юношей и девушек	26.10
Основные состояния человека: ребенок, взрослый, родитель. 8 часов.		
9	Три состояния личности.	9.11
10	«Внутренний ребенок» какой он?	16.11
11	«Внутренний ребенок» какой он?	23.11
12	Внутренний ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся.	30.11
13	Внутренний ребенок бывает разный: естественный и приспособившийся.	7.12
14	Внутренний родитель бывает разным: заботливым и контролирующим.	14.12
15	Внутренний родитель бывает разным: заботливым и контролирующим.	21.12
16	Внутренний взрослый: истинный и мнимый.	11.01
Эмоциональный мир человека. 12 часов.		
17	Эмоции и чувства.	18.01
18	Психические состояния и их свойства.	25.01
19	Психические состояния и их свойства.	1.02
20	Напряжение.	8.02
21	Настроение.	15.02
22	Настроение и активность человека.	22.02
23	Как управлять своим состоянием.	1.03
24	Как изменить состояние.	8.03
25	Возрастной аспект состояний: состояние подростка.	15.03
26	Возрастной аспект состояний: состояние подростка.	22.03
27	Стресс.	5.04
28	Трудные ситуации и развитие.	12.04
Мотивационная сфера личности. 6 часов.		
29	Мотив и его функции.	19.04
30	«Борьба мотивов».	26.04
31	Привычки, интересы, мечты.	3.05
32	Мотивация помощи и альтруистического поведения.	10.05
33	Итоговая диагностика.	17.05
34	Итоговое занятие (викторина).	24.05
Всего		35 часов.

Мониторинговая карта.

5 - е классы

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Внутренняя позиция обучающегося..	Учебно – познавательная мотивация.	Понимание причин успешности/не успешности	Самооценка	Развитие основных моральных норм.	Этические чувства	Развитие эмпатии.	Установка на здоровый образ жизни.	Обобщение.	Аргументирование своей позиции.	Умение учитывать мнения окружающих.	Использование речевых средств для эффективного решения коммуникативных задач.
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													
20													
21													
22													
23													
24													
25													
26													
27													
28													
29													
30													

В – высокий уровень; СР – средний уровень; Н – низкий уровень.

Мониторинговая карта.

8 «Г» класс.

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Внутренняя позиция обучающегося..	Учебно – познавательная мотивация.	Понимание причин успешности/не успешности	Самооценка	Развитие основных моральных норм.	Развитие этических чувств.	Развитие эмпатии.	Установка на здоровый образ жизни.	Аргументирование своей позиции.	Умение учитывать мнения окружающих.	Использование речевых средств для эффективного решения коммуникативных задач.
1	Архипов Сергей											
2	Вахрин Александр											
3	Гавриш Валерий											
4	Гордиенко Ксения											
5	Карташова Анастасия											
6	Киприянов Павел											
7	Мальчикова Ксения											
8	Маснев Денис											
9	Мухаметдинов Илья											
10	Нажметдинова Александра											
11	Некрасов Евгений											
12	Николаева Варвара											
13	Пряхина Ксения											
14	Савельев Владимир											
15	Савчук Екатерина											
16	Уразаев Денис											

В – высокий уровень; СР – средний уровень; Н – низкий уровень.

Оценочные материалы.

Для определения уровня достижения результатов использовались диагностические методики. При проведении диагностики используются следующие методики:

1. Методика «Цветопись» автор А. Лутошкин

Цель: выявление эффективности влияния проведенного мероприятия на формирование коллектива и развития личности ребенка, а также формирование у подростков аналитических умений и навыков.

2. Диагностическая игра «Счастливый случай» авторы Е. Б. Крылова, В. Ю. Ханова, Е. В. Бабанова; диагностическая игра «Мои вершины» автор О. В. Воробьева; диагностическая игра «Путешествия по лабиринтам памяти» автор Л. А. Павлова.

Цель: выяснение, что из реализации программы внеурочной деятельности запомнилось более всего и стало для учеников лично значимым, а также для проявления и развития индивидуальности каждого ребенка.

3. Комплексная методика анализа и оценки уровня воспитанности учащихся автор Н. Г. Анетько.

Цель: анализ уровня воспитанности с позиции отношения младших подростков к самим себе, семье, обществу, здоровью и культуре, а также решает задачи развития у них навыков самопознания и саморазвития.

4. Методика диагностики личностного роста обучающегося (Д.В.Григорьев, И.В.Степанова, П.В.Степанов)

Цель: выяснить, насколько организованный в группе процесс воспитания способствует позитивным изменениям в личности ребенка.

5. Методика для изучения удовлетворенности учащихся и их родителей жизнедеятельностью в коллективе автор А.А.Андреев

Цель: анализ эффективности внеурочной деятельности, удовлетворённость учащихся и их родителей организацией работы кружка.

Список литературы.

1. Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: ТЦ «Сфера», 1998.
2. *Истратова, О.Н.* Справочник психолога средней школы / О.Н. Истратова, Т.В. Экзакусто. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. *Сиротюк, А.Л.* Обучение детей с учетом психофизиологии / А.Л. Сиротюк. - М.: «Творческий центр», 2001.
4. *Костромина, С.Н.* Как преодолеть трудности в обучении детей / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. - М.: Ось-89, 1999.
5. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, Н.Л. Васильева. - М.: Совершенство, 1998.
6. Сиротюк, А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения / А.Л. Сиротюк. - М.: Творческий центр, 2003.
7. Марциновская, Т.Д. Диагностика психического развития детей / Т.Д. Марциновская. - М.: LINKA-PRESS, 1998.
8. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6) /О..Хухлаева.-генезис, М.2005г.
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (7-8) /О..Хухлаева.-генезис, М.2005г.
10. Развитие личности подростка: программа практических занятий Б.Р. Матвеев. –речь, СПб.: 2005г
11. Аверина, И. С. Методика экспресс-диагностики интеллектуальных способностей / И.С. Аверина, Е.И. Щербланова, Е.Н. Задорина // Вопросы психологии. - № 5. - 1991; № 4. -1994