


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

Управление образования администрации г. Тулы

МБОУ "ЦО № 46"


РАССМОТРЕНО
на заседании ШММО
естественнонаучного цикла

 Кулакова Н.В.

Протокол № 1

от "29" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора

 Чернова И.В.

Протокол № 1

от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор

 Хоруженко Л.М.

Приказ № 118

от "30" августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности по психологии

«ХОЧУ БЫТЬ УСПЕШНЫМ»

5 КЛАСС

2022 – 2023 учебный год

Составитель педагог-психолог:

Семендяева Екатерина Александровна

Тула 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса «Хочу быть успешным» для детей, обучающихся в 5-6 классах, составлена на основе уроков психологии в средней школе (5-6 классы) Хухлаевой О.В. (Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5—6 классы). — М.: Генезис, 2006.). Программа включает в себя основные направления групповой работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. *Инструментальное направление* формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. *Потребностно-мотивационное направление* для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. *Развивающее направление* обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Данная программа предназначена для младших подростков 10-12 лет, учащихся 5-6 классов.

Программа рассчитана на **34 часа**, включающих в себя как теоретический материал, так и практические упражнения и тренинги. Курс представляет собой систему взаимосвязанных творческих заданий и деловых игр, в ходе которых школьники будут анализировать и моделировать ситуации, идентифицировать и классифицировать вопросы и проблемы, рассматривать различные варианты, высказывать и защищать различные точки зрения, участвовать в дискуссиях и обсуждениях, делать выводы и принимать решения.

Срок реализации программы – 1 год.

Актуальность и целесообразность проведения психологической работы с детьми обусловлена в первую очередь их возрастными особенностями. Данная программа рассчитана на младших подростков. Именно в этом возрасте наиболее важным становится общение. Многие подростки с особой остротой переживают свое начинающееся взросление: не могут разобраться в своих чувствах, желаниях, не умеют строить взаимоотношения с окружающими, справляться с конфликтными ситуациями, принимать на себя ответственность за свои поступки. Поэтому программа предлагает ребятам такие темы, как «Мой внутренний мир», «Учимся чувствовать», «Агрессия», «Конфликт», «Уверенность в себе», «Жизненные ценности» и т.д.

Кроме того, в период подросткового кризиса, связанного с отделением от семьи и приобретением самостоятельности, очень важно, чтобы у подростков просто была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить обратную связь и некоторые важные знания о себе. Эти вопросы успешно решает групповая форма работы.

Программа имеет **социально-психологическую направленность**, поскольку формирует важное для жизни в обществе умение успешно адаптироваться, проявляющееся в определенных навыках.

Каждое занятие строится в соответствии с учебно-тематическим планом и наполняется содержанием в соответствии с темой, а также с поставленными целями. При подготовке к занятиям используются разные источники (список литературы прилагается).

Цель программы: подготовка учащихся к успешной и эффективной деятельности в обществе и выработке качеств, умений и навыков, которые помогут им справиться с жизненными и социальными задачами и трудностями, сохранение психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной, личностной сфер ребенка.

Реализации поставленной цели способствует решение следующих **задач**:

Обучающие:

- научить положительному самоотношению, самопринятию;
- научить положительному, внимательному отношению к другому человеку;
- научить рефлексивным умениям, самоанализу;

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма, доброжелательности, взаимопомощи, ответственности;
- воспитывать нравственные качества учащихся;
- сохранять и поддерживать психологическое здоровье ребенка.

Развивающие:

- создавать условия для развития личности каждого воспитанника;
- создавать условия для формирования навыка эффективного общения, умения анализировать конфликтные ситуации и находить их конструктивное решение.
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы;
- формировать потребность в саморазвитии.

Основной формой работы является психологический тренинг, а также проективные методики, тесты, приемы социодрамы, ролевой игры, блок теоретической информации по психологии. Кроме этого используются групповая оценка и дискуссия как базовые методы социально-психологического тренинга.

Режим занятий: занятия проводятся один раз в неделю в течение 1 часа (урока).

Ожидаемые результаты:

1. способность младших подростков к оценке определенных поступков, моделированию проблемных ситуаций в отношениях и их решению;
2. способность анализировать собственные ошибки и промахи;
3. осознание себя как частицу общества, понимающей определенные нормы, обычаи и традиции;
4. заложение основы для нравственного гармоничного развития личности.

Учащиеся ведут тетради личностного роста (по желанию).

Контроль «уровня достижений» проводится в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в «поле опыта» учащихся.

Итоговой формой работы является проведение круглого стола.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Тема 1. Введение в мир психологии (1 час)

Занятие 1. Введение в мир психологии

Тема 2. Я – это Я (4 часа)

Занятие 2. Кто я, какой я?

Занятие 3. Я – это мои цели.

Занятие 4. Я – это мое детство.

Занятие 5. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.

Тема 3. Мои чувства (2 часа)

Занятие 6. Чувства бывают разные.

Занятие 7. Стыдно ли бояться. Имею ли я право сердиться и обижаться?

Тема 4. Мой внутренний мир (3 часа)

Занятие 8. Ценность и уникальность внутреннего мира человека.

Занятие 9. Ценность и уникальность внутреннего мира человека.

Занятие 10. Трудные ситуации могут научить меня.

Тема 5. Я и Ты (3 часа)

Занятие 11. Я и мои друзья.

Занятие 12. Я и мои «колючки».

Занятие 13. Одиночество.

Тема 6. Агрессия (4 часа)

Занятие 14. Агрессия и ее роль в развитии человека.

Занятие 15. Как выглядит агрессивный человек? Как выглядит агрессия?

Занятие 16. Агрессия во взаимоотношениях родителей и детей.

Занятие 17. Учимся договариваться.

Тема 7. Уверенность в себе (5 часов)

Занятие 18. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.

Занятие 19. Я становлюсь увереннее.

Занятие 20. Уверенность и самоуважение.

Занятие 21. Уверенность в себе и милосердие.

Занятие 22. Уверенность в себе и непокорность.

Тема 8. Конфликты (4 часа)

Занятие 23. Что такое конфликт?

Занятие 24. Способы поведения в конфликте.

Занятие 25. Конструктивное разрешение конфликта.

Занятие 26. Конфликт как возможность развития.

Тема 9. Жизненные ценности (3 часа)

Занятие 27. Ценности и их роль в жизни человека.

Занятие 28. Ценности и жизненный путь человека.

Занятие 29. Мои ценности.

Тема 10. Мы начинаем меняться (4 часа)

Занятие 30. Я повзрослел.

Занятие 31. Нужно ли человеку меняться?

Занятие 32. Нужно ли человеку меняться?

Занятие 33. Самое важное – захотеть меняться.

Заключение (1 час)

Занятие 34. Заключение.

Календарно-тематическое планирование

№ урока по п/п	Дата проведения урока	Тема урока	Основные понятия (элементы содержания)	Тип (вид) урока	Формы контроля	Примечания
1		<u>Тема 1</u> <u>Введение</u> <u>в мир</u> <u>психологии.</u>	Понятие «психология». Происхождение слова «психология». Назначение психолога. Прикладная психология. Психолог, психиатр, психотерапевт: в чем разница? Зачем человеку занятия психологией? Упр.«Счастье — это...», «Рисунок счастливого человека».	Урок изучения нового материала	Фронтальный опрос. Творческое задание.	Методическое обеспечение : тетради, ручки, карандаши, листы бумаги.
2		<u>Тема 2</u> <u>Я – это Я</u> Кто я, какой я?	Осознание школьниками своих качеств. Самооценка. Способы повышения самооценки. Упр.«Кто я?», «Нарисуй свою роль», «Какой я?». «Я могу, я умею», «Что нужно школьнику?» Работа со сказкой: «Фламинго»(О. Горькова).	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Фронтальный опрос. Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : тетради, ручки, карандаши, листы бумаги.
3		Я – это мои	Понятия «цель», «способ», «средство», «план». Обсуждение	Урок изучения	Фронтальный	

		цели.	своих целей на будущее и на ближайшее время. Составление плана их достижения. Упр. « <i>Заветное желание</i> », « <i>Мои цели</i> ». Работа со сказкой: « <i>Сказка о славном УЧМАГЕ, учителе его МАГУЧЕ и бедном, но вылеченном АЭРОПЛАНЕ</i> » (О. Колосова).	нового материала и отработки знаний	ый опрос. Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	
4		Я – это мое детство	Детство — значимый отрезок жизни человека. Прослушивание рассказов о детстве. Упр. « <i>Любимая игрушка</i> », « <i>Детская фотография</i> ».	Беседа	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение: тетради, карандаши, детские фотографии.
5		Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	Упр. « <i>Превратись в возраст</i> », « <i>Беседа</i> », « <i>Встреча</i> », « <i>Я в будущем</i> ».	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение: карточки с указанием возраста человека, карандаши, листы бумаги.
6		Тема 3 Мои чувства Чувства бывают разные.	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Рефлексия эмоциональных состояний. Адекватное самовыражение. Упр. « <i>Закончи предложение</i> », « <i>Изобрази чувство</i> », « <i>Испорченный телефон</i> ». Работа со сказкой: « <i>Сказ о том, как Штирлицев свой страх победил</i> » (А. Вергазов).	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Фронтальный опрос Творческое задание.	Методическое обеспечение: мяч, карточки с названием того или иного чувства.
7		Стыдно ли бояться. Имею ли я право сердиться и	Упр. « <i>Отгадай чувство</i> », « <i>Страшный персонаж</i> », « <i>Страхи пятиклассников</i> », « <i>Найди лишнее слово</i> », « <i>Подросток рассердился</i> », « <i>Помогите маме</i> »,	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение: карточки с персонажами, стимульный

		обижаться?	«Рисуем обиду». Работа со сказкой: «Сказка про Егора-мухомора, девочку Машу, серого волка, лосей и мимолетную бабушку» (А. Никитин).		вания.	материал ТАТ, карандаши, листы бумаги.
8		Тема 4 Мой внутренний мир Ценность и уникальность внутреннего мира человека	Понятие «внутренний мир». Каждый видит мир и чувствует по-своему. Любой внутренний мир ценен и уникален. Кто в ответе за мой внутренний мир. Упр.«Найди слово»,«Если я камушек»,«Психологические примеры», «Я внутри и снаружи».	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Фронтальный опрос Творческое задание.	Методическое обеспечение : медитативная музыка, карандаши, листы бумаги, пластилин.
9		Ценность и уникальность внутреннего мира человека	Упр.«Мысленная картинка», «Маленькая страна», «Психологические примеры»,«Сны», «Маленький принц». Работа со сказкой: «Сказ про Вольняшку» (О. Пасхина).	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : медитативная музыка, карандаши, листы бумаги.
10		Трудные ситуации могут научить меня.	Понятия «трудная ситуация», «качества человека». Ответственность человека за свои чувства и мысли. В трудной ситуации я ищу силы внутри себя. Упр. «Самое длинное», «Объясни значение», «Плюсы и минусы», «Копилка трудных ситуаций», «Внутренняя сила».Работа со сказкой: «Сказка о волчишке Джоне»	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Фронтальный опрос. Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : тетради, ручки.
11		Тема 5	Проблемы подростковой дружбы. Понятие «у меня есть	Урок изучения нового	Фронтальный опрос. Рефлексия	Методическое обеспечение

		<u>Я и Ты</u> Я и мои друзья	друг». Упр.«Красивые поступки», «Общая рука», «Загадай друга», «Если человек...», «Качества моего друга». Работа со сказкой: <i>Светлячок</i> (А. Безотосов); <i>Волшебная роща</i> (Н. Лумпова).	материала и отработки знаний	занятия в форме вербального проговаривания.	: мяч, карандаши, листы бумаги.
12		Я и мои «колючки»	Упр. «Из пяти слов», «Кто сколько запомнит», «Покажи ситуацию», «Мои колючки», «Мои магнитики». Работа со сказкой: «Шиповник» (Е. Голованова).	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : тетради, ручки.
13		Одиночество	Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире. Упр.«Запиши наоборот», «Какого человека можно назвать...», «Закончи предложение», «Одиночество в классе», «Если я окажусь одиноким...», «Кого я сделал одиноким», «Коллективный рисунок». Работа с плакатом. Работа со сказкой: «Сказка о маленькой одинокой рыбке и об огромном синем море» (Д. Лаврова); «И однажды утром...» (И. Коротеева)	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : плакат с позитивными качествами, тетради, ручки, карандаши, листы бумаги.
14		<u>Тема 6</u> <u>Агрессия</u> Агрессия и ее роль в развитии человека.	Понятие слова «агрессия». У меня появилась агрессия. Упр.«Агрессия и развитие», «Золотые мысли», «Ассоциации». Работа в тетради. Работа со сказкой: «Сказка про Рона»	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое задание.	Методическое обеспечение : тетради, ручки.
15			Осознание различия между	Урок изучения	Рефлексия занятия в	Методическое

		<p>Как выглядит агрессивный человек?</p> <p>Как выглядит агрессия?</p>	<p>агрессией и агрессивностью.</p> <p>Упр. «Покажи агрессию», «Кто из них агрессивный?», «Агрессивный... продавец», «Отбросить старое, чтобы измениться». Работа со сказкой: «Время» (О. Горбушина)</p>	<p>нового материала и отработки знаний</p>	<p>форме вербального проговаривания.</p>	<p>обеспечение : тетради, ручки, карточки с различными предметами или словами, фотографии из журналов, карандаши, листы бумаги.</p>
16		<p>Агрессия во взаимоотношениях родителей и детей.</p>	<p>Упр. «Чем недовольны родители?», «Чем недовольны подростки?», «Подростки не понимают... Родители не понимают...» «Учимся договариваться». Работа со сказкой: «Сказка про Крича» (М. Кирсанова).</p>	<p>Урок отработки навыков. Тренинг.</p>	<p>Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.</p>	<p>Методическое обеспечение : синий и красный мячи.</p>
17		<p>Учимся договариваться.</p>	<p>Конструктивное реагирование на агрессию. Как правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Способы контроля собственного агрессивного поведения.</p> <p>Упр. «Моя реакция на агрессию», «Как поступить конструктивно?», «Свет мой зеркальце», «Трудно», «Если я сильный...». Работа с притчей: «Живот с пристежками». Работа в тетради.</p>	<p>Урок изучения нового материала и отработки знаний</p>	<p>Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое задание.</p>	<p>Методическое обеспечение : тетради, ручки, карандаши, листы бумаги, зеркало.</p>
18		<p><u>Тема 7</u></p> <p><u>Уверенность в себе</u></p> <p>Уверенность в себе и ее</p>	<p>Понятие «вера в себя». Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе.</p> <p>Упр. «Портрет», «В чем проблема?», «Символ моей веры в себя», «Копилка источников уверенности», «Мои</p>	<p>Урок изучения нового материала и отработки знаний</p>	<p>Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое</p>	<p>Методическое обеспечение : тетради, ручки, карандаши.</p>

		роль в развитии человека.	<i>ресурсы</i> ». Работа со сказкой: « <i>Про мальчика Неудоба</i> ». Работа в тетради.		е задание.	
19		Я становлюсь увереннее.	Какого человека мы называем неуверенным в себе? Причины неуверенности в себе. Упр. « <i>Маски неуверенности</i> », « <i>Какое поведение у ребят?</i> », « <i>Надень маску</i> », « <i>На приеме у психолога</i> ». Работа с рассказом. Работа со сказкой: « <i>Маленькая Волна</i> » (К. Ступницкая), « <i>Молодое дерево</i> » (К. Ступницкая).	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : тетради, ручки, листы бумаги.
20		Уверенность и самоуважение	Понятия «самоуважение», «самопринятие». Действительно уверенный в себе человек относится к себе с уважением. Упр. « <i>Я горжусь</i> », « <i>Звезда самоуважения</i> », « <i>Волибное зеркало</i> ». Работа со сказкой: « <i>На дне моря</i> » (Н. Шилова).	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : плакат с позитивными и качествами, карандаши, зеркало.
21		Уверенность в себе и милосердие	Понятие «милосердие». Уверенный в себе человек умеет быть милосердным. Быть милосердным — это уметь проявлять добрые чувства, помогать любому человеку, оказавшемуся в беде. Упр. « <i>Кто нуждается в милосердии?</i> », « <i>Качества милосердного человека</i> », « <i>С кем бы я мог согласиться?</i> », « <i>Золотые фразы</i> ».	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : тетради, ручки.
22		Уверенность в себе и	Сила и влияние человека подрываются стремлением к обязательному совершенству.	Урок отработки навыков.	Рефлексия занятия в форме вербального	Методическое обеспечение : тетради,

		непокорность	Упр.« <i>Портрет</i> », « <i>Закончи предложение</i> », « <i>Корзинка непослушания</i> ». Работа со сказкой: « <i>Сказка про телефончик</i> ».	Тренинг.	о проговаривания.	ручки.
23		Тема 8 Конфликты Что такое конфликт?	Понятие «конфликт». Конфликты в школе, дома, на улице. Роль конфликтов в усилении своего Я. Упр.« <i>Стиль входа в конфликт</i> », « <i>Рисунок моего стиля</i> », « <i>Как выглядит человек в конфликте?</i> », « <i>Конфликт — это хорошо или плохо?</i> ». Работа в тетради.	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое задание.	Методическое обеспечение : тетради, ручки.
24		Способы поведения в конфликте.	Каждый человек ведет себя в конфликте по-разному: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Упр.« <i>Основные стили поведения в конфликте</i> », « <i>Как проявляются способы поведения в конфликте?</i> », « <i>Конфликтные ситуации</i> ». Работа со сказкой: « <i>Сказка про цветной снег</i> ». Работа в тетради.	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое задание.	Методическое обеспечение : тетради, ручки.
25		Конструктивное разрешение конфликта.	Готовность к разрешению конфликта. Лучшее разрешение конфликта — то, при котором выигрывают оба участника. Когда конфликт выгоден? Упр.« <i>Как выиграть обоим участникам конфликта?</i> », « <i>Разыграем конфликт</i> », « <i>Как оставаться спокойным</i> », « <i>В чем выгода?</i> », « <i>В стране вещей</i> ». Работа со сказкой: « <i>Подумай обо мне</i> », « <i>Город</i> ». Работа в тетради.	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое задание.	Методическое обеспечение : тетради, ручки, карточки с изображением предметов.

26		Конфликт как возможность развития.	Творческий подход к конфликту позволяет превратить проблемы в возможности. «Не ошибешься — не научишься». Упр.« <i>Станем американцами</i> », « <i>Конфликт как возможность</i> », « <i>Попробуем договориться</i> ». Работа со сказкой: « <i>Верба</i> » (И. Орлова).	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	
27		<u>Тема 9</u> <u>Жизненные ценности</u> Ценности и их роль в жизни человека	Понятие «жизненные ценности». Каждый человек движется по жизни, опираясь на свои ценности. Упр.« <i>Я в будущем</i> ». Работа со сказкой:« <i>Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный</i> ». Работа в тетради.	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания. Творческое задание.	Методическое обеспечение : тетради, ручки, карандаши.
28		Ценности и жизненный путь человека	Ценности человека во многом определяют его жизненный путь. Упр.« <i>Ценности и выбор профессии</i> », « <i>Определи ценности</i> », « <i>Переоценка ценностей</i> ». Работа со сказкой:« <i>Сказка про еловую шишечку</i> ».	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	
29		Мои ценности	Каждый человек имеет право утверждать свои ценности, если это не вредит окружающим. Упр.« <i>Спор ценностей</i> », « <i>Герб моих ценностей</i> », « <i>Общий герб класса</i> ».	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : листочки с написанными на них ценностями , карандаши, листы бумаги.
30		<u>Тема 10</u> <u>Мы начинаем меняться</u>	Понятие «взросление». Внешние и внутренние изменения человека с возрастом. Какого человека называют взрослым? Упр.« <i>Символ моего Я</i> », « <i>Спрячь игрушку</i> ». Работа со сказкой:« <i>Лабиринт души</i> »(Т.	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение : тетради, ручки, плюшевая игрушка.

		Я повзрослел.	<i>Шмидт</i>) Работа в тетради.		Творческое задание.	
31		Нужно ли человеку меняться?	Осознание своих изменений. Мотивирование подростков к позитивному самоизменению. <i>Упр. «Какого человека можно назвать...», «Мои важные изменения».</i> Работа с плакатом. Работа со сказкой: «Сказка про Тофа» (Е. Яковлева).	Урок изучения нового материала и отработки знаний	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение: плакат с позитивными качествами, тетради, ручки, карточки с возможным и позитивным и изменениями.
32		Нужно ли человеку меняться?	<i>Упр. «Самое главное», «Как изменился класс?».</i> Работа с плакатом. Работа со сказкой: «Я иду к своей звезде» (Г. Кононенко).	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение: листы бумаги с позитивными качествами, плакат с позитивными качествами (см. занятие 31), тетради, ручки.
33		Самое важное – захотеть меняться.	<i>Упр. «Рюкзак пожеланий», «Пожелания взрослым».</i> Работа с плакатом. Работа со сказкой: «Желтый цветок».	Урок отработки навыков. Тренинг.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	Методическое обеспечение: плакат с позитивными качествами, цветная бумага, ножницы, тетради, ручки, карандаши.

34		<u>Заключение</u>	Подведение итогов. Обобщение полученных знаний. Отзывы и предложения учащихся.	Беседа. Проведение в форме круглого стола.	Рефлексия занятия в форме вербального проговаривания.	
----	--	--------------------------	--	--	---	--

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

По окончании курса «Личностное развитие школьников» 5-классники должны овладеть знаниями и умениями:

- знать правила работы в группе, команде;
- уметь сотрудничать;
- уметь принимать самого себя и других людей, осознавая свои и чужие достоинства и недостатки;
- уметь осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков;
- понимать необходимость самому делать выбор и нести за него ответственность;
- осознавать потребность самоизменения и личностного роста;
- овладеть способностью к рефлексии, самооценке;
- овладеть навыками лидерского поведения через коллективную деятельность;
- уметь принимать решения и готовность брать на себя инициативу и ответственность;
- быть эмоционально устойчивыми, уметь конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- уметь ориентироваться в мире взрослых, занимать активную жизненную позицию, преодолевать трудности адаптации в современном обществе; уметь строить жизненные планы и корректировать ценностные ориентации.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Андерсон Д. Думай, пытайся, развивайся. СПб., 1996.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. СПб., 1992.
3. Бэрн Р. Ричардсон Д. Агрессия СПб., 1997.
4. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения: Практикум. Новосибирск; М., 1997.

5. Дольто Ф. На стороне подростка. СПб., 1997.
6. Зузенок Ю. Уроки психологии в школе, Симферополь, 2003;
<http://www.psylesson.ru>
7. Изард К. Эмоции человека. М., 1980
8. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. М., 1998.
9. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб., 2000.
10. Фопель К. Энергия паузы. М., 2004.
11. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы). М., 2006.