

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 131
620076 г. Екатеринбург, ул. Гаршина, 8 б тел. 263-48-85; факс 263-49-26

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2022 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ № 131
Г.А. Осадчая
Приказ № 181-б от 31.08.2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Тропинка к своему Я»**

Возраст обучающихся: 12-15 лет

Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:
Мачтакова Юлия Владимировна,
педагог-психолог

г. Екатеринбург, 2022

Оглавление

1. Целевой раздел.....	
1.1. Пояснительная записка.....	
1.2. Цель и задачи дополнительного образования.....	
1.3. Основные принципы.....	
1.4. Сроки реализации, формы и режим занятий.....	
1.5. Ожидаемые результаты и способы их проверки.....	
2. Содержательный раздел.....	
2.1. Учебный план (5-8 класс).....	
2.2. Тематическое планирование (5-8 класс).....	
2.3. Содержание программы (5-8 класс).....	
2.4. Календарно-тематическое планирование (5-8 класс).....	
3. Организационный раздел.....	
3.1. Материально-техническое обеспечение.....	
4. Список литературы.....	

1.Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропинка к своему - Я» социально-гуманитарной направленности формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей школьного возраста.

Нормативно -правовые основания для разработки программы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09.11.2018 г. № 196»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее санПиН);
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особенных познавательных потребностей»);
- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Устав МАОУ СОШ № 131;
- Положение о дополнительном образовании в МАОУ СОШ № 131.

Актуальность

Программа психологических занятий в основной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка,

основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Новизна, отличительные особенности. Курс «Тропинка к своему Я» поможет учащемуся осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Программа курса разработана на основе программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я» и представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арттерапии, групповые дискуссии.

Вид программы – модифицированная.

Адресат программы: обучающиеся возрасте от 12 до 15 лет, средний уровень развития.

Объем программы: 45 час

Срок освоения: 30 недель

Режим занятий: 1 раз в неделю по 1,5 академических часа с перерывом на отдых не менее 10 минут.

1.2.Цель и задачи программы

Цель программы -помочь школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Задачи программы:

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивное отношение к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

1.3. Основные принципы, на которых построена программа:

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.

2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.

3. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игра подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.

4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.

5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.

6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

1.4. Сроки реализации программы

Образовательная программа рассчитана на 4 года обучения. Общая продолжительность обучения составляет 180 часов, количество часов в каждом учебном году – 45.

Программа рассчитана на детей 12-15 лет.

Формы и режим занятий

Методика предусматривает проведение занятий в различных формах: групповой, парной, индивидуальной. Для успешной реализации программы целесообразно объединение детей в учебные группы численностью от 5-25 человек.

Занятия проводятся в течение учебного года один раз в неделю 1,5 часа (академических по 40 минут).

1.5. Ожидаемые результаты реализации программы

Учащиеся, по окончании пятого класса, научатся:

- понимать ценностное отношение к природе, как общему дому человечества;
 - иметь представления о нравственных и этических чувствах, эмоционально-ценностного позитивного отношения к себе и окружающему миру;
 - понимать ценность отношений к нормам культурной жизни, соблюдать этические нормы жизни как регулятор поведения людей;
 - формировать представления о человеке как субъекте жизни и наивысшей ценности на земле;
- Этические понятия, с которыми познакомятся в 5 классе:** любовь, жалость, забота, добро, уважение к старшим, бескорыстие, грусть, радость.

Учащиеся, по окончании шестого класса, научатся:

- быть ориентированы на усиление самостоятельной практической и умственной деятельности, на развитие навыков контроля и самоконтроля, а также на познавательную активность;
- осознавать свою социальную роль как фиксированной позиции в системе межличностных отношений;
- уметь распознавать эмоциональное состояние других людей по мимике, жестам и позе;

-овладевать элементарными приёмами развития психических механизмов, лежащих в основе творческих способностей –памяти, внимания, воображения, мышления;

-понимать ценности нравственных и этических отношений.

Эстетические понятия, с которыми знакомятся в 6 классе:равнодушие, стыд, бесстыдство, жадность, щедрость, зазнайство, правдивость, скромность, дружба, сочувствие.

Учащиеся, по окончании седьмого класса, научатся:

-понимать смысл высказывания при обмене информацией в процессе взаимодействия субъектов;

-уметь не просто выражать свои желания, но и учитывать желания других людей, т.е. общаться на основе взаимопонимания (способность к установлению эмоциональных контактов, тактичность, интонация, открытость, душевность);

-овладевать приёмами культуры общения (вежливый тон речи, умение использовать рассуждения, доказательства, извинения –отказы при несогласии, спор, но не ссора);

-совершенствовать внимание, восприятие, воображение, различные виды памяти и мышления для формирования полноценной самостоятельно мыслящей личности.

Этические понятия, с которыми знакомятся в 7 классе: гордость, трудолюбие, счастье, эгоизм, скромность, товарищество, сознательность, коллективизм, обман и предательство, доброта, жестокость.

Учащиеся, по окончании восьмого класса, научатся:

-овладевать нормами ролевого поведения человека современной культуры;

-частично управлять собственными психическими процессами, такими как внимание, восприятие, память, мышление, воображение, речь, эмоции и воля;

-стремиться быть успешными в учебе, а значит, поддерживать желание учиться;

-приобретать умения эффективного взаимодействия и общения со сверстниками, учителями, родителями;

-овладевать опытом духовно-нравственного поведения;

-быть способным к сознательному действию,верить в успех и быть настойчивым в достижении творческих целей;

-владеть эвристическими приемами и развивать интуицию;

-осознавать понятие толерантности;

Этические понятия, с которыми знакомятся в 8 классе:равнодушие, гордость, мужество, храбрость, искренность, ценности, честь, мудрость, подвиг, свобода, надежда, патриотизм, эгоизм, насмешка, сочувствие, взаимодействие, верность, убежденность, легкомыслие, лицемерие, польза, благо, совершенство.

Описание ценностных ориентиров содержания курса

«Тропинка к своему Я»

Одним из результатов освоение курса «Тропинка к своему Я» является осмысление и интериоризация (присвоение) учащимися системы ценностей.

- Ценность добра – осознание себя как части мира.
- Осознание постулатов нравственной жизни (будь милосерден, поступай так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой).

- Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.
- Ценность истины – осознание ценности научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимания закономерностей, лежащих в основе социальных явлений; приоритетности знания, установления истины, самого познания как ценности.
- Ценность семьи. Понимание важности семьи в жизни человека; осознание своих корней; формирование эмоционально-позитивного отношения к семье, близким, взаимной ответственности, уважение к старшим, их нравственным идеалам.
- Ценность труда и творчества – осознание роли труда в жизни человека, развитие организованности, целеустремлённости, ответственности, самостоятельности, ценностного отношения к труду.
- Ценность гражданственности и патриотизма – осознание себя как члена общества, народа, представителя страны, государства.
- Ценность человечества – осознание себя не только гражданином России, но и частью мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество, толерантность, уважение к многообразию иных культур.

2. Содержательный раздел

2.1. Учебный план

**Таблица тематического распределения количества занятий
курса «Тропинка к своему Я»:**

№ п/п	Разделы, темы	Рабочая программа	Рабочая программа по классам			
			5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.
1	Я-школьник	15	15	-	-	-
2	Мои чувства	15	15	-	-	-
3	Вспомним чувства	11	-	11	-	-
4	Чем люди отличаются друг от друга?	6	-	6	-	-
5	Какой я? – Какой ты?	13	-	13	-	-
6	Я – фантазер.	6	-	-	6	-
7	Я и моя школа.	5	-	-	5	-
8	Я и мои родители.	6	-	-	6	-
9	Я и мои друзья.	7	-	-	7	-
10	Что такое сотрудничество?	6	-	-	6	-
11	Кто я? Мои силы, мои возможности.	9	-	-	-	9
12	Я расту, я изменяюсь.	4	-	-	-	4
13	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в	6	-	-	-	6

	будущем?					
14	Хочу вырасти интеллигентным человеком что для этого нужно?	8	-	-	-	8
15	Хочу вырасти свободным человеком что для этого нужно?	3	-	-	-	3
	Итогзанятий	120	30	30	30	30

2.3.Содержание программы

5 класс (45 часов)

Тема 1. Я — школьник.

1. Знакомство. Введение в мир психологии.
2. Как зовут ребят моего класса?
3. Правила вежливости.
4. Зачем мне нужно ходить в школу?
5. Школьные принадлежности.
6. Мой класс.
7. Какие ребята в моем классе?
8. Мои друзья в классе. Законы коллектива.
9. Соблюдаем законы школьной дружбы.
10. Мои успехи в школе.
11. Путешествие по станциям «Умники и умницы».
12. Я умею управлять собой.
13. Я умею преодолевать трудности.
14. Я умею слушать других.
15. Я умею учиться у ошибки.

Тема 2. Мои чувства.

1. Я умею быть доброжелательным.
2. Я – доброжелательный.
3. Я умею быть ласковым.
4. Я становлюсь сильным духом.
5. Я умею делать задание вместе с другими.
6. Я учусь решать конфликты.
7. Радость. Что такое мимика?Что такое жесты?
8. Как её доставить другому человеку?
9. Радость можно передать прикосновением.
10. Грусть.
11. Страх.Виды страха.
12. Как его преодолеть.
13. Гнев. С какими чувствами он дружит?

14. Обида.

15. Чем отличаются эмоции и чувства.

6 класс (45 часов)

Тема 1. Вспомним чувства.

1. Реализация мечты.
2. Мои фантазии.
3. Как сбываются?
4. Какие фантазии?
5. Реализация моей фантазии.
6. Мечты будущего.
7. Характер моего учителя.
8. Какой он?
9. Качества учителя.
10. Любимые предметы.
11. Чем они мне нравятся.

Тема 2. Чем люди отличаются друг от друга.

1. Люди отличаются друг от друга своими качествами.
2. Хорошие качества людей.
3. Кто такой сердечный человек?
4. Кто такой доброжелательный человек?
5. Какие качества нам нравятся в друг друге?
6. Какими качествами мы отличаемся?

Тема 3. Какой Я — Какой Ты?

1. Какой Я?
2. Какой Ты?
3. Школьные трудности.
4. Люди отличаются друг от друга своими качествами.
5. В каждом человеке есть светлые и темные качества.
6. Моя школа.
7. Мои одноклассники.
8. Мой друг – одноклассник?
9. Мой учитель.
10. Какой я в классе.
11. Каким меня видят в классе?
12. Сплочение коллектива.
13. Как это сделать?

7 класс (45 часов)

Тема 1. Я — фантазер.

1. Я.
2. Я умею фантазировать!
3. Я умею сочинять!
4. Фантазии и ложь.
5. Мои мечты.

6. Какие они?

Тема 2. Я и моя школа.

1. Я и моя школа.
2. Что такое лень?
3. Я и мой учитель.
4. Как справляться с «немогучками».
5. Кто такие «немогучки»?

Тема 3. Я и мои родители.

1. Я и мои родители.
2. Какие они?
3. Качества родителей.
4. Я умею просить прощение.
5. Как я это делаю.
6. Как я это выражаю.

Тема 4. Я и мои друзья.

1. Настоящий друг.
2. Мои друзья в классе.
3. Какие они?
4. Чем они мне нравятся?
5. Умею ли я дружить?
6. Ссора и драка.
7. Что я выбираю?

Тема 5. Что такое сотрудничество?

1. Что такое сотрудничество?
2. С кем я сотрудничаю.
3. Я умею договариваться с людьми.
4. Как я договариваюсь?
5. Что такое коллективная работа?
6. В чём она заключается.

8 класс (45 часов)

Тема 1. Кто я? Мои силы, мои возможности.

1. Кто я?
2. Какой я – большой или маленький?
3. Мои способности.
4. Какие они.
5. Мой внутренний мир.
6. Какой он?
7. Как он проявляется?
8. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.
9. Кого я могу впустить в свой внутренний мир?

Тема 2. Я расту, я изменяюсь.

1. Я изменяюсь.
2. Я расту.

3. Я меняюсь.
4. Какие изменения происходят со мной?

Тема 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?

1. Мое будущее.
2. Хочу вырасти здоровым человеком.
3. Как разрешить конфликты мирным путем?
4. Какие конфликты бывают?
5. Решения и выбор.
6. Мой выбор.

Тема 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком, что для этого нужно?

1. Кто такой интеллигентный человек?
2. Какой Я?
3. Как я себя проявляю?
4. Каким меня видят в семье?
5. Каким меня видят друзья?
6. Каким меня видят одноклассники?
7. Чего я хочу.
8. Что такое идеальное Я?

Тема 5. Хочу вырасти свободным человеком, что для этого нужно?

1. Кто такой свободный человек?
2. Что такое право на уважение?
3. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.

2.3. Календарно-тематическое планирование (5-8 класс)

5 класс

Дата проведения занятия	№ группы	№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля/ аттестации
Сентябрь	№ 1	1.	Знакомство. Введение в мир психологии.	Практическое занятие	1,5	Входной
Сентябрь	№ 1	2.	Как зовут ребят моего класса?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	3.	Правила вежливости.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	4.	Зачем мне нужно ходить в школу?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	5.	Школьные принадлежности.	Практическое занятие	1,5	Текущий

Октябрь	№ 1	6.	Мой класс.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	7.	Какие ребята в моем классе?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	8.	Мои друзья в классе. Законы коллектива.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	9.	Соблюдаем законы школьной дружбы.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	10.	Мои успехи в школе.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	11.	Путешествие по станциям «Умники и умницы».	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	12.	Я умею управлять собой.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	13.	Я умею преодолевать трудности.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	14.	Я умею слушать других.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	15.	Я умею учиться у ошибки.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	16.	Я умею быть доброжелательным.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	17.	Я – доброжелательный.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	18.	Я умею быть ласковым.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	19.	Я становлюсь сильным духом.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	20.	Я умею делать задание вместе с другими.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	21.	Я учусь решать конфликты.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№1	22.	Радость. Что такое мимика? Что такое жесты?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	23.	Как её доставить другому человеку?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	24.	Радость можно передать	Практическое	1,5	Текущий

			прикосновением.	занятие		
Март	№1	25.	Грусть.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	26.	Страх. Виды страха.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	27.	Как его преодолеть.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	28.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	29.	Обида.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	30.	Чем отличаются эмоции и чувства.	Подведение итогов	1,5	Итоговый

6 класс

Дата проведения занятия	№ группы	№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля/ аттестации
Сентябрь	№ 1		Реализация мечты.	Практическое занятие	1,5	Входной
Сентябрь	№ 1	2.	Мои фантазии.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	3.	Как сбываются?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	4.	Какие фантазии?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	5.	Реализация моей фантазии.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	6.	Мечты будущего.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	7.	Характер моего учителя.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	8.	Какой он?	Практическое занятие	1,5	Текущий

Ноябрь	№ 1	9.	Качества учителя.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	10.	Любимые предметы.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	11.	Чем они мне нравятся.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	12.	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	13.	Хорошие качества людей.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	14.	Кто такой сердечный человек?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	15.	Кто такой доброжелательный человек?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	16.	Какие качества нам нравятся в друг друге?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	17.	Какими качествами мы отличаемся?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	18.	Какой Я?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	19.	Какой Ты?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	20.	Школьные трудности.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	21.	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№1	22.	В каждом человеке есть светлые и темные качества.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	23.	Моя школа.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	24.	Мои одноклассники.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	25.	Мой друг – одноклассник?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	26.	Мой учитель.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	27.	Какой я в классе.	Практическое занятие	1,5	Текущий

				занятие		
Апрель	№1	28.	Каким меня видят в классе?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	29.	Сплочение коллектива.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	30.	Как это сделать?	Подведение итогов	1,5	Итоговый

7 класс

Дата проведения занятия	№ группы	№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля/ аттестации
Сентябрь	№ 1		Я.	Практическое занятие	1,5	Входной
Сентябрь	№ 1	2.	Я умею фантазировать!	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	3.	Я умею сочинять!	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	4.	Фантазии и ложь.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	5.	Мои мечты.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	6.	Какие они?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	7.	Я и моя школа.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	8.	Что такое лень?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	9.	Я и мой учитель.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	10.	Как справляться с «немогучками».	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	11.	Кто такие «немогучки»?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	12.	Я и мои родители.	Практическое	1,5	Текущий

				занятие		
Декабрь	№ 1	13.	Какие они?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	14.	Качества родителей.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	15.	Я умею просить прощение.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	16.	Как я это делаю.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	17.	Как я это выражаю.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	18.	Настоящий друг.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	19.	Мои друзья в классе.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	20.	Какие они?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	21.	Чем они мне нравятся?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№1	22.	Умею ли я дружить?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	23.	Ссора и драка.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	24.	Что я выбираю?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	25.	Что такое сотрудничество?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	26.	С кем я сотрудничаю.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	27.	Я умею договариваться с людьми.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	28.	Как я договариваюсь?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	29.	Что такое коллективная работа?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	30.	В чём она заключается.	Подведение итогов	1,5	Итоговый

8 класс

Дата проведения занятия	№ группы	№ занятия	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля/ аттестации
Сентябрь	№ 1		Кто я?	Практическое занятие	1,5	Входной
Сентябрь	№ 1	2.	Какой я – большой или маленький?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	3.	Мои способности.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	4.	Какие они.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	5.	Мой внутренний мир.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Октябрь	№ 1	6.	Какой он?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	7.	Как он проявляется?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	8.	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	9.	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Ноябрь	№ 1	10.	Я изменяюсь.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	11.	Я расту.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	12.	Я меняюсь.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	13.	Какие изменения происходят со мной?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	14.	Мое будущее.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Декабрь	№ 1	15.	Хочу вырасти здоровым человеком.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	16.	Как разрешить конфликты	Практическое	1,5	Текущий

			мирным путем?	занятие		
Январь	№ 1	17.	Какие конфликты бывают?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Январь	№ 1	18.	Решения и выбор.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	19.	Мой выбор.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	20.	Кто такой интеллигентный человек?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№ 1	21.	Какой Я?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Февраль	№1	22.	Как я себя проявляю?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	23.	Каким меня видят в семье?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	24.	Каким меня видят друзья?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	25.	Каким меня видят одноклассники?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Март	№1	26.	Чего я хочу.	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	27.	Что такое идеальное Я?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	28.	Кто такой свободный человек?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	29.	Что такое право на уважение?	Практическое занятие	1,5	Текущий
Апрель	№1	30.	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	Подведение итогов	1,5	Итоговый

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1. Печатные пособия		
1.	Рабочая тетрадь. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе, М.: Генезис, 2011.	на весь класс + 1 педагогу
2.	«Тропинка к своему Я» Методическое пособие, М.: Генезис, 2011.	1
2. Технические средства обучения		
3.	Магнитофон; Телевизор; DVD-проигрыватель; Компьютер;	1 1 1 1
3. Экранно-звуковые пособия		
4.	Диски с записями детской и классической музыки.	неограниченно
4. Игры и игрушки		
5.	Настольно-печатные игры; Развивающие игры; Компьютерные игры.	неограниченно
5. Оборудование кабинета		
6.	Стол; Стулья; Шкафы; Магнитофон; Телевизор; DVD-проигрыватель; Компьютер; Интерактивная доска.	8 16 3 1 1 1 1 1

4. Список литературы

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Второй год обучения)/Под ред. И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2004г.-168с.
2. Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.-М.:Генезис, 2002.-208 с.
3. Жизненные навыки. Уроки психологии во 2 класса/ Под ред. С.В.Кривцовой.-М.:Генезис, 2002.-248 с.
4. Жизненные навыки. Уроки психологии в 3 классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.- М.:Генезис, 2004.-176 с.
5. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. – М.:Издательство ГНОМ иД, 2000. – 160с.
6. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе, М.: Генезис, 2009. – 344с.