

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ № 63 «АКАДЕМИЯ УСПЕХА»
(МБОУ «Гимназия №63 «Академия успеха»)**

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УВР

С.Э. Ларина

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ "Гимназия № 63 "Академия
успеха"

И.С. Дудина

Приказ № 01-81/1 от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Основы психологии»

для обучающихся 7 классов

Курск, 2023 год

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Изучение курса «Основы психологии» на уровне среднего общего образования направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета.

Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом - всё это относится к необходимым компонентам личности и отражает важнейшие направления воспитательной работы, ориентированной на комплекс базовых национальных ценностей.

Актуальность темы побуждает поиски оптимальных форм включения её в образовательную деятельность. Наиболее эффективной является форма внеурочной деятельности по специально разработанной рабочей программе.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы «Основы психологии» должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций, в том числе в части:

Гражданского воспитания: готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; готовность к разнообразной совместной деятельности; выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса на основе взаимопонимания и взаимопомощи.

Патриотического воспитания: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе занятий на курсе «Основы психологии».

Духовно-нравственного воспитания: ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий своих поступков; осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в межличностных взаимодействиях на занятиях курса и за его пределами; способность выявлять и понимать эмоции (как свои, так и

других людей), а также использование понимания эмоций для управления своим поведением и в отношениях с людьми.

Эстетического воспитания: воспитание этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; стремление видеть прекрасное в окружающей действительности, готовность прислушиваться к природе, людям, самому себе; реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) взаимодействия.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой деятельности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; умение справляться с трудными ситуациями в общении с людьми; формирование установки на бесконфликтное общение; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов; признание своего права на ошибку и такого же права другого человека; формирование качеств личности (добросовестное отношение к делу; проявление силы воли; дружелюбие; отзывчивость, внимание, наблюдательность; трудолюбие, настойчивость; дисциплинированность; самостоятельность; уверенность в своих силах).

Трудового воспитания: установка на активное участие в решении практических задач; трудолюбие, настойчивость в достижении поставленных целей; уважение к труду и результатам трудовой деятельности.

Экологического воспитания: повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде.

Понимания ценности научного познания: овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека; овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения эмоций, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию к изменяющимся условиям социальной и природной среды: освоение

социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные в учебной исследовательской деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; стремление перенимать опыт, учиться у других людей – как взрослых, так и сверстников; смелость при соприкосновении с новым эмоциональным опытом, воспитание чувства нового, способность ставить и решать нестандартные задачи, предвидеть ход событий, обращать внимание на перспективные тенденции и направления развития социума; способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный опыт и навыки управления своими психоэмоциональными ресурсами в стрессовой ситуации; умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду; уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения программы: обучающиеся усвоили способы деятельности, применяемые ими как в рамках образовательного процесса, так и при решении реальных жизненных ситуаций и представленные в виде совокупности способов универсальных учебных действий (УУД) и коммуникативных навыков, которые обеспечивают способность обучающихся к самостоятельному усвоению новых знаний и умений.

1. Овладение универсальными познавательными действиями.

Овладение системой универсальных познавательных действий в рамках программы «Основы психологии» реализуется в контексте развития эмоционального интеллекта, которое связано с формированием соответствующих когнитивных навыков обучающихся, в том числе:

1.1. Базовые логические действия:

- уметь объединять (синтезировать) разрозненные факты, которые являются частью целого;
- уметь устанавливать причинно-следственные связи, формировать логическую цепочку рассуждений;
- выделять проблему;
- уметь использовать полученные навыки для упрощения освоения учебного материала.
- самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности.

1.2. Базовые исследовательские действия:

- следовать за развитием взаимоотношений;
 - использовать вопросы как инструмент познания;
 - формулировать собственные вопросы, фиксирующие несоответствие между реальным и желательным состоянием учебной ситуации, восприятия;
 - составлять алгоритм действий и использовать его для решения возникающих задач;
 - проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование по установлению особенностей, сравнению чувств, эмоциональных состояний между собой;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, исследования.

1.3. Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации с учётом предложенной учебной или творческой задачи и заданных критериев;
- оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогом или сформулированным самостоятельно;
- различать тексты информационного и художественного содержания,
- трансформировать, интерпретировать их в соответствии с учебной или творческой задачей.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий в рамках программы «Основы психологии» реализуется, в первую очередь, через совместную деятельность, содержанием и результатом которой является изучение эмоций, развитие эмоционального интеллекта. Она предполагает нелинейную динамику творческого процесса, в которой сочетаются индивидуальные, групповые и коллективные формы работы.

При этом специфика освоения программы курса, непосредственного взаимодействия с другими членами группы в режиме «здесь и сейчас» позволяет обучающимся формировать расширенный спектр компетенций в сфере общения. А именно:

- слушать и слышать других людей;
- уметь задавать вопросы;
- уметь находить альтернативные способы разрешения конфликта;
- доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);

- анализировать внешние обстоятельства общения, чувствовать логику событий, улавливать подтекст;
- выражать свою идею, мысль комплексно, используя вербальные и невербальные средства коммуникации;
- ярко и убедительно выражать эмоции, собственное отношение к происходящему;
- конструктивно обсуждать с товарищами по коллективу текущую деятельность – как свою собственную, так и других людей;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- видеть различия в поведении других людей, воспринимать их как естественное проявление разнообразия, богатства социального окружения человека;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- согласовывать собственные цели и действия с целями и действиями других участников группы;
- выполнять свой участок работы, нести безусловную ответственность за её качество;
- публично представлять результаты работы, проделанной в рамках выполнения заданий, связанных с тематикой курса;
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться.

3. Овладение универсальными регулятивными действиями.

В рамках программы «Основы психологии» регулятивные универсальные учебные действия тесно смыкаются с коммуникативными умениями и навыками. Самоорганизация и рефлексия всегда идут двумя параллельными путями – как в индивидуальном плане, так и в логике планирования и оценке совместных действий. Взаимодействие этих путей регулятивных универсальных учебных действий, как правило, предполагают корректировку личных интересов и намерений, их подчинение интересам и потребностям творческого коллектива в целом.

3.1. Самоорганизация:

- организовывать свою деятельность, готовить рабочее место для выполнения разных видов работ;

- планировать, прогнозировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- объединять (синтезировать) разрозненные факты, которые являются частью целого;
- устанавливать причинно-следственные связи, формировать логическую цепочку рассуждений;
- выделять проблему;
- использовать полученные навыки для упрощения освоения учебного материала;
- принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять поиск средств её выполнения;
- корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- выявлять проблемы в своей жизни, которые могут быть решены с помощью приёмов и навыков, освоенных в ходе занятий;
- рассматривать жизненную проблему как творческую задачу, которая может быть решена различными способами, рассматривать альтернативные варианты, выбирать наилучший вариант решения;
- чувствовать ответственность перед окружающими, координировать свои действия с учётом возможностей и намерений партнёра, нести ответственность за свою часть работы перед всем коллективом;
- уметь ограничивать свои личные интересы и намерения с учётом мнения, интересов, возможностей других членов коллектива;
- ставить перед собой среднесрочные и долгосрочные цели по самосовершенствованию, в том числе в части личностных навыков и способностей, настойчиво продвигаться к поставленной цели;
- планировать достижение целей через решение ряда последовательных задач частного характера.

3.2. Самоконтроль (рефлексия):

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку учебной ситуации и предлагать план её изменения;
- предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности;
- понимать причины неудач и уметь предупреждать их, давать оценку приобретённому опыту;
- вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей.
- уметь адекватно воспринимать предложения и оценку других людей;
- уметь справляться с эмоциями;

- быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.

3.3. Эмоциональный интеллект:

- чувствовать, понимать эмоциональное состояние самого себя и других людей, использовать возможности театрального искусства для расширения своих компетенций в данной сфере;

- развивать способность управлять собственными эмоциями и эмоциями других как в повседневной жизни, так и в ситуациях сценического общения, публичного выступления;

- выявлять и анализировать причины возникновения эмоций;

- понимать мотивы и намерения другого человека, анализируя коммуникативно-интонационную ситуацию;

- регулировать способ выражения собственных эмоций.

3.4. Принятие себя и других:

- уважительно и осознанно относиться к другому человеку и его мнению;

- признавать своё и чужое право на ошибку, при обнаружении ошибки фокусироваться не на ней самой, а на способе улучшения результатов деятельности;

- принимать себя и других, не осуждая;

- проявлять открытость.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Все виды, направления и формы внеурочной деятельности обучающихся ориентированы на воспитательные результаты.

Воспитательный результат внеурочной деятельности – непосредственное духовно-нравственное приобретение ребёнка благодаря его участию в том или ином виде деятельности.

Воспитательный эффект внеурочной деятельности – влияние (последствие) того или иного духовно-нравственного приобретения на процесс развития личности ребёнка.

В результате освоения программы «Основы психологии» обучающийся научится:

- правилам поведения в группе;
- осмысливать эмоциональную действительность;
- выражать собственные эмоциональные переживания социально приемлемыми способами;
- критически относиться к результатам своей деятельности;
- опосредовать свою деятельность речью;
- замечать и исправлять недостатки собственного поведения.
- пользоваться «языком чувств» в речи;
- навыкам сотрудничества и поиска общих решений в конфликтных ситуациях;
- использовать коммуникативные навыки, необходимые для успешной социализации;

- учитывать и уважать интересы других.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

34 часа.

Вводное занятие.

Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Знакомство с программой. Упражнение «Познакомимся поближе».

Тема 1. Эмоции. Способы распознавания.

Эмоции, эмоциональные состояния, чувства, настроения. Основные законы психологии эмоций. Способы распознавания. Упражнения «Эмоциональное интервью».

Тема 2. Эмоции. Мимические признаки.

Способы выражения эмоциональных состояний посредством мимики. Выполнение упражнения «Передай эмоцию».

Тема 3. Эмоции. Телесный опыт.

Как наши эмоции отражаются в теле? Телесный опыт. Выполнение практических упражнений. Дыхательная гимнастика.

Тема 4. Эмоциональный словарь.

Изучение спектральной карты эмоций. Выполнение упражнения «Ситуация – эмоция».

Тема 5. Чувства «Полезные» и «вредные».

Влияние чувств на соматическое состояние. Беседа об умении различать чувства, мысли, действия. Способы саморегуляции. Выполнение упражнения «Лимон».

Тема 6. Переживание социально неодобряемых эмоций.

Способы проживания эмоций. Мимическое выражение чувства, эмоции. Саморегуляция. Навыки контроля поведения. Выполнение упражнения «Как я зол!».

Тема 7. Способы управления эмоциями.

Зачем нам необходимо управлять эмоциями? Основы саморегуляции. Визуализация.

Тема 8. «Запретные чувства».

Злость, гнев, агрессия, ревность, обида, зависть, жадность. Мимическое выражение чувства, эмоции. Основы контроля поведения. Саморегуляция. Упражнения «Комплексы», «Лист гнева».

Тема 9. Вербальные и невербальные средства выражения чувств.

Как мы выражаем свои чувства. Как это делают другие, что мы замечаем? Упражнения: «Я тебя понимаю», «Покажи жестом». «Эффект обратного действия» Холмогорова А. Б.

Тема 10. Чувства и стереотипы. Социальные маски.

Уверенность в себе, борьба с комплексами, свобода от стереотипов. Необходимость контакта с чувствами. Работа со сказкой. Игровые задания.

Тема 11. Самоанализ эмоционально-личностной сферы.

Развиваем умение понимать смысл и значение своих эмоциональных реакций. Выполнение упражнения «Я чувствую... Что?»

Тема 12. Социальное восприятие. Как мы получаем информацию о человеке.

Понимать окружающих. Вербальные и невербальные способы получения информации. Упражнения: «Я тебя понимаю», «Покажи жестом».

Тема 13. Учимся понимать мимику, жесты и позы.

Язык тела. Упражнения: «Что чувствует человек, если в голову приходят мысли о..», «Узнай чувство». «Жесты и позы», «Придумай ситуацию», «Разговор по телефону».

Тема 14. Невербальные признаки обмана.

Упражнения: «Найди закономерность». «Определи причину», «О чем говорят жесты» «Искренний комплимент», «Врунишка».

Тема 15. Понимание причин поведения людей.

Как сказать о причинах своего поведения, чтобы нас поняли. «Как не делать ошибок в понимании. Упражнения: «Найди объединяющее слово», «Определи причину».

Тема 16. Впечатление, которое мы производим.

Первое впечатление. Как произвести впечатление. Упражнения: «Я устраиваюсь на работу», «Я меняю школу».

Тема 17. Агрессия и её роль в развитии человека.

Упражнения: «Печатная машинка», «Считалочка», «Спички», «Передача чувств прикосновением»

Тема 18. Агрессия и её роль во взаимоотношениях между детьми и родителями, между сверстниками.

Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов? Почему невербальная коммуникация много говорит о человеке? Упражнения: «Я тебя понимаю», «Покажи состояние жестом», «Как мы друг друга понимаем».

Тема 19. Конструктивное реагирование на агрессию. Учимся договариваться.

Готовность к сотрудничеству как наиболее эффективный способ взаимодействия с людьми. Способы эффективного взаимодействия с окружающими. Нетерпимость – показатель низкой культуры. Упражнение «Формулировка».

Тема 20. Конфликт. Основные стили поведения в конфликте.

Анализ наиболее часто встречающихся затруднений в отношениях подростков с родителями. Упражнения: «Копилка семейных трудностей», «Идеальные отношения в семье».

Тема 21. Способы конструктивного разрешения конфликтов.

Конфликт и стили поведения в конфликтных ситуациях. Определение стиля поведения в ситуации конфликта по методу Томаса-Килмана.

Тема 22. Уверенность.

Знакомство с темой. Упражнения: «В чем проблема?», «Ассоциации», «Символ моей веры в себя», «Мои ресурсы».

Тема 23. Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность.

Упражнения: «Волшебное зеркало». «Маски неуверенности». Разбор кейсов.

Тема 24. Источники уверенности в себе.

Поиск ресурсов. Фразы уверенности. Фразы неуверенности. Упражнение «Я горжусь собой»

Тема 25. Ценности и их роль в жизни человека.

Определение понятию «ценность». Влияние ценностей на жизненный путь человека.

Тема 26. Мои ценности.

Практикум. Игра «Остров». Упражнение «Ромашка».

Тема 27. Мои кумиры.

Анализ образа «Я» через проекцию на известную личность.

Тема 28. Виртуальный мир: возможности и опасности.

Сходства и различия виртуального и реальных миров. Разбор кейсов. Упражнение «Леопольд».

Тема 29. Что было бы...Осознание ценности реального мира.

Упражнения: «Эксперимент». «Пирамида жизни». «Мои потребности»

Тема 30. Информационный поток. Мир вокруг меня.

Источники информации. Каким источникам доверять? Соединение виртуального и реального мира. Новые роли и стратегии поведения. Упражнения: «Слухи», «Крокодил», «Утка».

Тема 31. Опасно-безопасно.

«Равновесие». Типажи опасных людей. Упражнения: «Опасные ситуации», «Мумия».

Тема 32. Нестандартные ситуации. Выход есть!

Стратегии поведения в опасных ситуациях. Телефон доверия.

Тема 33. Заключительное занятие

Мои цели. План самоизменения.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Примечание
1	Вводное занятие.	1	
2	Эмоции. Способы распознавания	1	
3	Эмоции. Мимические признаки.	1	
4	Эмоции. Телесный опыт.	1	
5	Эмоциональный словарь.	1	
6	Чувства «Полезные» и «вредные».	1	
7	Переживание социально неодобряемых эмоций.	1	
8	Способы управления эмоциями.	1	
9	«Запретные чувства».	1	
10	Вербальные и невербальные средства выражения чувств.	1	
11	Чувства и стереотипы. Социальные маски.	1	
12	Самоанализ эмоционально- личностной сферы.	1	
13	Социальное восприятие. Как мы получаем информацию о человеке.	1	
14	Учимся понимать мимику, жесты и позы.	1	
15	Невербальные признаки обмана.	1	
16	Понимание причин поведения людей.	1	
17	Впечатление, которое мы производим.	1	
18	Агрессия и её роль в развитии человека.	1	

19	Агрессия и её роль во взаимоотношениях между детьми и родителями, между сверстниками.	1	
20	Конструктивное реагирование на агрессию. Учимся договариваться.	1	
21	Конфликт. Основные стили поведения в конфликте.	1	
22	Способы конструктивного разрешения конфликтов.	1	
23	Уверенность	1	
24	Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность.	1	
25	Источники уверенности в себе.	1	
26	Ценности и их роль в жизни человека.	1	
27	Мои ценности.	1	
28	Мои кумиры.	1	
29	Виртуальный мир: возможности и опасности.	1	
30	Что было бы...Осознание ценности реального мира.	1	
31	Информационный поток. Мир вокруг меня.	1	
32	Опасно-безопасно.	1	
33	Нестандартные ситуации. Выход есть!	1	
34	Заключительное занятие	1	
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Библиотека ЦОК

<https://edsoo.ru/>

Инфоурок

<https://infourok.ru/>

ЭМУ – международный мониторинговый проект для школьников 1-11 классов

<https://cerm.ru/>

Портал Школьный психолог. 1 сентября

<http://psy.1september.ru>

Приложение 1

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ № 63 «АКАДЕМИЯ УСПЕХА» (МБОУ «Гимназия №63 «Академия успеха»)

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УВР

В.В. Яценко

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ "Гимназия № 63 "Академия
успеха"

И.С. Дудина

Приказ № 01-81 от «31» августа 2023 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

к рабочей программе

внеурочной деятельности

«Основы психологии»

для обучающихся 7 классов

Курск, 2023 год

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
----------	-----------------	-----------------	------

1.	Вводное занятие.	1	06.09.23
2.	Эмоции. Способы распознавания	1	13.09.23
3.	Эмоции. Мимические признаки.	1	20.09.23
4.	Эмоции. Телесный опыт.	1	27.09.23
5.	Эмоциональный словарь.	1	04.10.23
6.	Чувства «Полезные» и «вредные».	1	11.10.23
7.	Переживание социально неодобряемых эмоций.	1	18.10.23
8.	Способы управления эмоциями.	1	25.10.23
9.	«Запретные чувства».	1	08.11.23
10.	Вербальные и невербальные средства выражения чувств.	1	15.11.23
11.	Чувства и стереотипы. Социальные маски.	1	22.11.23
12.	Самоанализ эмоционально-личностной сферы.	1	29.11.23
13.	Социальное восприятие. Как мы получаем информацию о человеке.	1	06.12.23
14.	Учимся понимать мимику, жесты и позы.	1	13.12.23
15.	Невербальные признаки обмана.	1	20.12.23
16.	Понимание причин поведения людей.	1	27.12.23
17.	Впечатление, которое мы производим.	1	10.01.24
18.	Агрессия и её роль в развитии человека.	1	17.01.24
19.	Агрессия и её роль во взаимоотношениях между детьми и родителями, между сверстниками.	1	24.01.24
20.	Конструктивное реагирование на агрессию. Учимся договариваться.	1	31.01.24
21.	Конфликт. Основные стили поведения в конфликте.	1	07.02.24
22.	Способы конструктивного разрешения конфликтов.	1	14.02.24
23.	Уверенность	1	21.02.24
24.	Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность.	1	28.02.24
25.	Источники уверенности в себе.	1	06.03.24
26.	Ценности и их роль в жизни человека.	1	13.03.24
27.	Мои ценности.	1	20.03.24
28.	Мои кумиры.	1	03.04.24
29.	Виртуальный мир: возможности и опасности.	1	10.04.24
30.	Что было бы...Осознание ценности реального мира.	1	17.04.24
31.	Информационный поток. Мир вокруг меня.	1	24.04.24
32.	Опасно-безопасно.	1	08.05.24
33.	Нестандартные ситуации. Выход есть!	1	15.05.24
34.	Заключительное занятие	1	22.05.24
	ИТОГО	34	

Приложение к рабочей программе
по внеурочной деятельности «Основы психологии»
для 7 класса на 2023 - 2024 учебный год
Лист корректировки тематического планирования

Педагога-психолога **Емельяновой Д.Н.**

№ п/п	Дата по плану (по основному расписанию)	Тема урока по плану	Тема урока с учётом корректировки	Дата по фактическом у расписанию	Формы работы