

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ
ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ № 55
ИМЕНИ АЛЕКСАНДРА НЕВСКОГО» ГОРОДА КУРСКА**

Российская Федерация, 305038, Курская область, г. Курск, ул. Косухина, 25
Телефон: 51-60-11, факс: 50-34-17, e-mail: school_55@list.ru

Принята
педагогическим советом МБОУ
" СОШ №55 им.А.Невского"
Протокол №7 от 28мая 2021г
Председатель педагогического совета
_____ О.А.Постоева

Утверждена
приказом МБОУ
"СОШ №55 им.А Невского"
от 01.06.2021г №123
Директор МБОУ « СОШ №55
им. А. Невского»
И.В. Мордвинова



**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
программа
социально-гуманитарной направленности
«Путь к успеху. Психология общения»**

Уровень программы: стартовый
Срок реализации: 1 год (108 часов)
Возраст обучающихся: 11-14 лет
Вид программы: модифицированная

Автор-составитель:
Михайлова Е.А.,
педагог дополнительного
образования

1.1 Пояснительная записка

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений. «Я и другие», «Я и мир» - центральные проблемы подросткового возраста. Приобщение к знаниям о человеке имеет важное место на всех этапах школьного образования. В седьмом классе у подростков в концентрированном виде проявляются проблемы переходного возраста; в этот период наблюдается пик эмоциональной неуравновешенности. Настроение подростков подвержено резким перепадам. Подростки продолжают доказывать всем и самим себе свою «взрослость». Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. В этот период наиболее эффективным становится взаимодействие с подростками, основанное на уважении их чувства взрослости и самостоятельности, способности и умению отреагирования своих чувств.

Направленность данной программы: социально-гуманитарная.

Актуальность программы состоит в необходимости и важности психопрофилактической работы по развитию Я-концепции, ценностного отношения к сохранению и укреплению своего психологического здоровья, а также в психологическом сопровождении самоактуализации обучающихся подросткового возраста и психопрофилактики кризисных состояний у подростков в соответствии потребностям времени.

Отличительной особенностью программы является проработка внутренних ресурсов, развитие рефлексии через арттерапевтические методы (пескотерапия).

Адресат программы - обучающиеся 5-7 классов. Возраст 11-14 лет.

Подростковый возраст - период завершения детства, рефлексия направляется на самого себя. Основные психологические потребности подростка - стремление к

общению со сверстниками, стремление к независимости и самостоятельности, к признанию своих прав со стороны других. Чувство взрослости - это психологический симптом начала подросткового возраста. Переходность подросткового возраста, конечно, включает биологический аспект. Это период полового созревания, интенсивность которого подчеркивается понятием «гормональная буря». Интенсивно усваиваются стереотипы поведения, связанные с осознанием своей половой принадлежности.

Рабочая программа «Путь к успеху. Психология общения» разработана с использованием авторской программы О. В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в средней школе (5 – 7классы).

Уровень программы стартовый. Срок реализации 1 год.

Форма обучения очная, с возможностью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком рабочая программа рассчитана на 3 часа в неделю, продолжительность занятия- 40 минут. Итого 108 часов в год.

1.2 Цель и задачи программы

Целью данной программы является помощь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис, укрепить психофизическое здоровье детей во время учебного года.

Для достижения поставленной цели необходимо в процессе обучения решать следующие **задачи**:

Предметные : овладеть базовыми знаниями по психологии, изучить понятия и возрастные особенности возраста.

Метапредметные: научиться самостоятельно определять цель своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной, эмоциональной и коммуникативной сферы; овладеть навыками самоконтроля, самооценки, принятия решений.

Личностные:

1. Способствовать снижению тревожности и неуверенности в себе
2. Формировать устойчивую учебную мотивацию
3. Содействовать формированию групповой сплоченности
4. Формировать адекватные формы поведения в новых школьных ситуациях
5. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом; научить техникам отреагирования эмоционального состояния через арт-терапевтические методы с использованием планшетов для рисования песком.

Эти задачи решаются сразу на трех уровнях работы:

1 уровень - информативный: на нем выясняются представления учащихся и уточняются общепринятые нормы по теме занятия.

2 уровень – личностный: на нем следует способствовать положительному эмоциональному отношению учащегося к теме занятия, желанию применить полученные знания в повседневной жизни. Необходимы поддержка, одобрение, принятие.

3 уровень – осознание: на нем учащиеся учатся осознавать, что с ними происходит, почему они ведут себя, таким образом, отчего возникают подобные эмоции и чувства. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю, а также понимание того, что думают, чувствуют и делают другие люди.

Методы, применяемые в ходе проведения занятий, являются традиционными для групповой профилактической и развивающей работы: информирование и беседа, групповая дискуссия, ролевая игра, упражнения на повышение точности межличностного восприятия и психогимнастика, арт-терапия. Информирование ведущего обычно ограничено включено в групповую беседу: свободную, стандартизированную, групповое интервью. Игровые методы представлены в форме ролевой игры. Психогимнастические упражнения выполняют вспомогательную функцию. Использование элементов психогимнастики позволяет

не только диагностировать настроение и готовность группы к занятию, но и параллельно формировать положительный настрой и благоприятную для работы атмосферу. Психогимнастические упражнения используются с целью снятия напряжения в группе.

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 N 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1644 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.0.12.2020 (Зарегистрировано Минюстом России 18.12.2020 года №61573) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Положение о разработке рабочих программ учебных предметных курсов, предметов, дисциплин (модулей), элективных курсов. Приказ от 27.08.2014г. № 86.- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 22.10.1999г. №636 «Об утверждении положения о службе практической психологии в системе Министерство образования и науки Российской Федерации»

- Положение о социально - психологической службе МБОУ « СОШ № 55 им. А. Невского», приказ

№ 92 от 11.06.20 г.

1.3 Содержание программы

Учебный план

№	Название темы, занятия	Кол-во часов	Практика	Формы контроля
			теория	
	Эмоциональная сфера человека.			
	Почему нам нужно изучать чувства? Искусство общения.	6	4/2	фронтальная беседа
	Мысли и чувства. Арт -терапия как способ проживания чувств и эмоций.	8	6/2	творческие задания
	Основные законы психологии эмоций.	4	3/1	тест
	Запреты на чувства.	4	3/1	тренинг
	Я- хозяин своих чувств. Работа с гневом, обидой, страхом, виной.	8	6/2	творческие задания
	Стресс.	4	3/1	творческие задания
	Психогигиена эмоциональной жизни.	4	3/1	игра
	Социальное восприятие: как узнавать другого человека.			
	Как мы получаем информацию о человеке.	4	2/4	фронтальная беседа
	Учимся понимать жесты и позы.	8	6/2	интерактивная игра
	Мимика.	4	3/1	интерактивная игра
	Жесты.	4	3/1	интерактивная игра
	Невербальные признаки обмана.	6	3/1	тренинг
	Понимание причин поведения людей.	2	1,5/0,5	наблюдение
	Впечатление, которое мы производим.	2	1/1	наблюдение
	Из чего складывается первое впечатление о человеке.	2	0,5/1,5	фронтальный опрос

	Способы понимания социальной информации.	2	0,5/1,5	тест
	Влияние эмоций на познание.	2	0,5/1,5	игра с элементами тренинга
	Обобщение темы. Создание коллективных творческих работ с помощью планшетов для рисования с песком.	2	0,5/1,5	тренинг
	Межличностная привлекательность: любовь, дружба.			
	Привлекательность человека.	2	1,5/0,5	Взаимоконтроль
	Взаимность или обоюдная привлекательность.	2	1,5/0,5	тест
	Дружба. Четыре модели общения.	8	6/2	Ситуационная модель
	Романтические отношения или влюблённость.	4	3/1	Ситуационная модель
	Любовь.	4	3/1	Интерактивная работа
	Половая идентичность и её развитие у подростков.	4	3/1	тест
	Что помогает и что мешает любви.	2	1/0,5	творческое задание
	Обобщение.			
	Тренинг «Я учусь владеть собой».	6	6/2	тренинг

Календарно - тематическое планирование

№ n/n	Дата	Тема	Кол- во ча- сов	Содержание	Характеристи ка деятельности	Методы оценки достижен ий обучающи хся
		Эмоциональная сфера человека				
1.	6.09 13.09	Почему нам нужно изучать чувства?	6	1. Разыгрывание ситуации»; 2. Упражнение «Почему нужно	Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком,	Работа в группе, работа в паре, практическ

			Искусств о общения.		<p>обращать внимание на чувства людей»;</p> <p>3. Упражнение «Копилка чувств»;</p> <p>4. Упражнение «Загадочные чувства»;</p> <p>5. Упражнение «Что чувствовала Вика»;</p> <p>6. Упражнение «Чьи глаза»;</p> <p>7. Упражнение «Коллективный рисунок»;</p> <p>8. Рефлексия занятия.</p>	<p>обсуждение целей занятий; прослушивание текста и выбор из предложенных чувств, которые прозвучали в тексте; изображение чувств с помощью невербальных средств; разыгрывание ситуации «клиент-психолог»; описание внешности участников группы; рисование; составление рассказа; ответы на вопросы.</p>	<p>ая работа, беседа.</p>
2.	20.09 27.09 4.10		Мысли и чувства. Арт-терапия как способ проживания чувств и эмоций.	9	<p>1. Рефлексия предыдущего занятия;</p> <p>2. Упражнение «Чувства в словах»;</p> <p>3. Упражнение «Клубочек»;</p> <p>4. Упражнение «Пожелания»;</p> <p>5. Упражнение «Услышь слова»;</p> <p>6. Рефлексия</p>	<p>Работа с интерактивной доской, прослушивание стихов и анализ чувств, вызываемых ими; анализ воздействия слова на чувства; работа на планшетах для рисования песком; пожелание</p>	<p>Беседа, практическая работа.</p>

					занятия.	добрых слов участникам группы; просмотр и обсуждение отрывков из фильмов и мультфильмов.	
3.	11.10		Основные законы психологии и эмоций.	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Какое слово не подходит»; 3. Упражнение «Основные законы психологии эмоций»; 4. Сказка «Чертёжик»; 5. Игра «Ассоциации»; 6. Игра «Царевна Несмеяна»; 7. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, исключение слов по заданному признаку; изучение законов психологии эмоций; прослушивание текста и его обсуждение; анализ чувств, которые ассоциируются с заданными предметами; игровая деятельность.	Беседа, работа в группе, практическая работа.
4.	18.10		Запреты на чувства.	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Комплексы»; 3. Упражнение «Составь комплекс»; 4. Упражнение «Ты прав и ты не прав...»; 5. Упражнение «Запреты на чувства»; 6. Упражнение «Определи запреты»; 	Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком, обсуждение; составление комплексов чувств; изучение запретов на чувства и их внешних проявлений; отгадывание запретов на чувства в	Беседа, работа в группе, практическая работа.

					<p>7. Упражнение «Куда уходят чувства»;</p> <p>8. Игра «Калейдоскоп чувств»;</p> <p>9. Упражнение «Педсовет»;</p> <p>10. Рефлексия занятия.</p>	<p>заданных высказываниях; рисование вытесненных чувств; анализ чувств людей в заданных ситуациях; разыгрывание ситуации.</p>	
5.	25.10 8.11		Я - хозяин своих чувств. Работа с гневом, обидой, страхом, виной	8	<p>1. Рефлексия предыдущего занятия;</p> <p>2. Упражнение «Учёный, поэт, балерина, сказочник»;</p> <p>3. Упражнение «Что чувствует человек, если...»;</p> <p>4. Упражнение «Эффект обратного действия»;</p> <p>5. Упражнение «Как помочь человеку»;</p> <p>6. Упражнение «Ассоциации»;</p> <p>7. Рефлексия занятия.</p>	<p>Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком, анализ заданных слов с позиции людей разных профессий; обсуждение чувств подростков при прослушивании музыкальных композиций разных жанров; изучение эффекта обратного действия; обсуждение; написание мини-сочинения; анализ подростками своих чувств, которые ассоциируются у них с заданными словами.</p>	<p>Беседа, работа в группе, практическая работа.</p>
6.	15.11 22.11		Стресс.	4	<p>1. Рефлексия предыдущего занятия;</p> <p>2. Упражнение «Каждый смотрит по-своему»;</p> <p>3. Упражнение «Что</p>	<p>Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком, анализ заданных ситуаций с различных точек зрения;</p>	<p>Беседа, работа в группе, практическая работа.</p>

					<p>чувствует человек, если...»;</p> <p>4. Упражнение «В чём отличие»;</p> <p>5. Упражнение «Могут ли чувства передаваться «по наследству»?»;</p> <p>6. Упражнение «Дети нацистских преступников» ;</p> <p>7. Упражнение «Задумай чувство»;</p> <p>8. Упражнение «Букет моих чувств»;</p> <p>9. Рефлексия занятия.</p>	<p>обсуждение чувств, которые испытывают подростки и их родители при просмотре телепередач; нахождение различий у заданных чувств; обсуждение вопроса передачи чувств по наследству; анализ рассказов; изображение чувств при помощи геометрических фигур; анализ часто испытываемых чувств у подростков.</p>	
7.	29.11		Психогигиена эмоциональной жизни.	4	<p>1. Рефлексия предыдущего занятия;</p> <p>2. Упражнение «и это грустно, и это весело...»;</p> <p>3. Упражнение «Что чувствует человек, если...»;</p> <p>4. Упражнение «Какое чувство повышает...»;</p> <p>5. Упражнение «Необходимость контакта с чувствами»;</p> <p>6. Сказка «Портфельчик»;</p> <p>7. Игра «Перепутаниц</p>	<p>Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком, анализ заданных ситуаций; анализ чувств, испытываемых подростками при просмотре телепередач; анализ понятий «альтруизм» и «эгоизм»; обсуждение правил психогигиены; прослушивание и обсуждение текста; ответы на вопросы с позиции полученной роли.</p>	<p>Беседа, практическая работа, работа в группе.</p>

					а»; 8. Рефлексия занятия.		
			Социальное восприятие: как узнавать другого человека.				
8.	6.12		Как мы получаем информацию о человеке.	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Что чувствует человек, если...»; 3. Упражнение «Что чувствует человек, если он сделал...»; 4. Упражнение «Понимать окружающих»; 5. Упражнение «Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов?»; 6. Упражнение «Почему вербальная коммуникация много говорит о человеке»; 7. Игра «Я тебя понимаю»; 8. Игра «Покажи состояние жестом»; 9. Игра «Как мы друг друга понимаем»; 10. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, анализ чувств, испытываемых подростком, играющим в компьютерные игры и родителями, которые за ним наблюдают; анализ чувств людей в заданных ситуациях; анализ ситуаций и нахождение связи между ними и поставленными вопросами; нахождение проблемы в заданном примере; изучение понятия «невербальная коммуникация»; изображение своего эмоционального состояния на занятии; одновременный подбор слов с разным количеством слогов в паре.	Беседа, работа в группе, работа в парах, практическая работа.

9.	13.12 20.12 27.12 3.01		Учимся понимать жесты и позы.	8	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Что чувствует человек, если ему в голову приходят мысли о...»; 3. Упражнение «Узнай чувство»; 4. Упражнение «Жесты и позы всегда говорят о чём-то»; 5. Упражнение «Жесты, отражающие состояние человека»; 6. Притча «Похожий на всех»; 7. Игра «Придумай ситуацию»; 8. Игра «Разговор по телефону»; 9. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком, анализ чувств людей в заданных ситуациях; подбор чувств к заданным состояниям; изображение чувств с помощью жестов и поз; прослушивание текста и его обсуждение; разыгрывание ситуаций, в которых употребляются заданные жесты; разыгрывание ситуаций с помощью невербальных средств, ответы на вопросы.	Беседа, работа в парах, работа в группах, практическая работа
10.	10.01		Мимика.	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Ситуация в помощь»; 3. Упражнение «Загадочные чувства»; 4. Упражнение «Изобрази чувство»; 5. Упражнение «Изобрази разные чувства на лице»; 	Работа с интерактивной доской, изучение понятия «мимика»; изображение ситуаций с помощью мимики; произнесение фразы с заданным выражением лица; изображение заданного	Беседа, работа в парах.

					6. Рефлексия занятия.	чувства с помощью мимики и ответы на вопросы.	
11.	17.01		Жесты.	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Найди лишнее слово»; 3. Притча «Песенка»; 4. Упражнение «Вспомним жесты»; 5. Игра «Живое зеркало»; 6. Игра «Фотография на память»; 7. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, исключение лишних слов; прослушивание текста и его обсуждение; описание состояний, в которых употребляется заданный жест; изображение участников группы с помощью мимики и пантомимики; ответы на вопросы.	Беседа, работа в группах.
12.	24.01		Невербальные признаки обмана.	6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; упражнение «Найди закономерность»; 2. Упражнение «Определи причину»; 3. Упражнение «О чём говорят жесты»; 4. Игра «Искренний комплимент»; 5. Игра «Врунишка»; 6. Рефлексия занятия. 	Нахождение закономерностей; анализ музыкальных предпочтений подростков, исходя из особенностей их эмоциональной сферы; изучение признаков обмана; определение искренности высказанных комплиментов; определение искренности рассказов участников группы, ответы на вопросы.	Беседа, практическая работа, работа в парах.
13.	31.01		Понимание причин поведения	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 	Работа с интерактивной доской,	Беседа, практическая работа.

		людей.		<ol style="list-style-type: none"> 2. Упражнение «Найди объединяющее слово»; 3. Упражнение «Определи причину»; 4. Упражнение «Почему необходимо уметь понимать причины поведения других людей»; 5. Упражнение «Как сказать о причинах своего поведения, чтобы нас поняли»; 6. Упражнение «Как не делать ошибок в понимании»; 7. Игра «Если я Ника»; 8. Игра «Что я сейчас чувствую, о чём думаю»; 9. Рефлексия занятия. 	<p>нахождение объединяющего слова для заданной группы слов; анализ телевизионных предпочтений подростков исходя из особенностей их эмоциональной сферы; анализ заданных ситуаций; подбор окончаний к заданным предложениям; анализ ошибок в понимании людьми друг друга; ответы на вопросы в роли задуманного участника; отгадывание мыслей и чувств водящего в игре, ответы на вопросы.</p>	
14.	7.02	Впечатление, которое мы производим.	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Первое впечатление»; 3. Упражнение «Как произвести впечатление»; 4. Игра «Я устраиваюсь на работу»; 5. Игра «Я меняю школу»; 	<p>Работа с интерактивной доской, обсуждение понятия «первое впечатление»; придумывание примеров, отражающих, как первое впечатление о человеке меняется после более близкого знакомства; обсуждение</p>	<p>Беседа, работа в группах, работа в парах.</p>

					6. Рефлексия занятия.	эффективности вариантов произведения хорошего впечатления; разыгрывание ситуаций, ответы на вопросы.	
15.	14.02		Из чего складывается первое впечатление о человеке.	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Что нужно делать»; 3. Упражнение «Что мы помним о человеке»; 4. Упражнение «Характеристики впечатлений»; 5. Игра «Впечатление»; 6. Игра «Новый учитель»; 7. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, придумывание решений для заданных ситуаций; обсуждение понятия «впечатление о человеке»; прослушивание и обсуждение текста; выделение в тексте составных характеристик впечатлений; письменное изложение впечатлений об участниках группы; анализ заданной ситуации, ответы на вопросы.	Беседа, практическая работа.
16.	21.02		Способы понимания социальной информации.	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Найди аналогии»; 3. Упражнение «Понимание социальной информации»; 4. Упражнение «Какая информация легче запоминается?» 	Работа с интерактивной доской, установление аналогий; обсуждение различий понятий «восприятие» и «понимание»; обсуждение вопроса о том, какая социальная информация	Беседа, работа в парах, работа в группах, практическая работа.

					»; 5. Игра «Рекламные агенты»; 6. Игра «Шпионы»; 7. Рефлексия занятия.	лучше запоминается; рисование; придумывание легенд; ответы на вопросы.	
17.	28.02		Влияние эмоций на познание.	2	1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Найди аналогию»; 3. Упражнение «Найди слово»; 4. Упражнение «Какая информация лучше запоминается»; 5. Игра «Сердитое лицо»; 6. Игра «Мы все похожи»; 7. Рефлексия занятия.	Работа с интерактивной доской, работа на планшетах с песком, установление аналогий; нахождение недостающего слова; изучение эмоциональных эффектов, влияющих на запоминание информации; поиск участников группы с заданной мимикой; нахождение общего качества водящего игры и участников группы; ответы на вопросы.	Беседа, практическая работа, работа в парах.
18.	14.03		Обобщение темы.	2	1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Вспомним изученное»; 3. Упражнение «Счастье – это когда тебя понимают»; 4. Игра «Сыщики»; 5. Игра «Как понравиться девочке (мальчику)»; 6. Игра «Признак	Работа с интерактивной доской, размышление на заданные темы; просмотр фрагмента фильма; обсуждение ситуаций, в которых понимают подростков; обсуждение вариантов, при которых можно добиться	Беседа, работа в парах, работа в группах.

					7. Рефлексия занятия.	понимания; наблюдение за участниками группы; придумывание и разыгрывание диалога; отгадывание признака деления группы на подгруппы, ответы на вопросы.	
		Межличностная привлекательность: любовь, дружба.					
19.	28.01		Привлекательность человека.	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Найди синоним»; 3. Упражнение «Что привлекает в человеке»; 4. Упражнение «Какая привлекательность важнее»; 5. Игра «Звезда привлекательности»; 6. Игра «Волшебное превращение»; 7. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, подбор синонимов к заданным словам; обсуждение привлекательных черт в людях; обсуждение привлекательных черт участников группы; разыгрывание ситуаций.	Беседа, практическая работа.
20.	4.04		Взаимность или обоюдная привлекательность.	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Продолжи ряд»; 3. Упражнение «Найди слово»; 4. Упражнение «Взаимная 	Работа с интерактивной доской, продолженное последовательности слов по аналогии; нахождение слов; обсуждение понятия	Беседа, практическая работа.

				<p>симпатия»;</p> <p>5. Упражнение «Легко ли проявлять симпатию?»;</p> <p>6. Игра «Передай взглядом»;</p> <p>7. Игра «Самый лучший комплимент»;</p> <p>8. Рефлексия занятия.</p>	<p>«взаимная симпатия»;</p> <p>размышление о трудностях проявления симпатии в подростковом возрасте;</p> <p>передача комплимента участникам группы с помощью взгляда;</p> <p>придумывание комплиментов;</p> <p>отгадывание участниками группы автора комплимента;</p> <p>ответы на вопросы.</p>		
21.	11.04 18.04		Дружба. Четыре модели общения.	8	<p>1. Рефлексия предыдущего занятия;</p> <p>2. Упражнение «Найди лишнее слово»;</p> <p>3. Упражнение «Модели общения»;</p> <p>4. Упражнение «Что для тебя значимо»;</p> <p>5. Упражнение «Твоё мнение»;</p> <p>6. Упражнение «Три качества»;</p> <p>7. Упражнение «На приёме у психолога»;</p> <p>8. Игра «Живые руки»;</p> <p>9. Игра «Вопрос для Лизы»;</p> <p>10. Рефлексия занятия.</p>	<p>Работа с интерактивной доской, исключение лишнего слова;</p> <p>изучение четырёх моделей общения;</p> <p>ранжирование высказываний по степени значимости;</p> <p>ответы на вопросы;</p> <p>составление обобщённого портрета друга;</p> <p>анализ заданных ситуаций;</p> <p>отгадывание участников группы по тактильным ощущениям;</p> <p>составление вопросов.</p>	<p>Беседа, практическая работа, работа в парах.</p>
22.	25.04		Романтиче	4	1. Рефлексия	Работа с	Беседа,

			ские отношения или влюблённость.		<p>предыдущего занятия;</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Упражнение «Продолжи ряд»; 3. Упражнение «Влюблённость и любовь»; 4. Упражнение «Как поступить»; 5. Упражнение «На приёме у психолога»; 6. Игра «Кто признается в любви лучше всех»; 7. Упражнение «Чья фраза лучше»; 8. Рефлексия занятия. 	интерактивной доской, продолжение последовательности слов по аналогии; обсуждение понятий «влюблённость» и «любовь»; разыгрывание ситуаций; составление признаний в любви в устной и письменной формах; ответы на вопросы.	практическая работа, работа в парах.
23.	16.05		Любовь.	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Какие слова подходят»; 3. Упражнение «Как я понимаю любовь»; 4. Упражнение «Приведи пример»; 5. Упражнение «Ф это любовь?»; 6. Игра «Портреты»; 7. Рефлексия занятия. 	Работа с интерактивной доской, исключение лишних слов; продолжение последовательности слов; подбор ассоциаций; подбор примеров отношений любви у известных кино- и литературных героев; прослушивание текста и его обсуждение; составление обобщённых «портретов»; ответы на вопросы.	Беседа, практическая работа.
24.	23.05		Половая идентичность и её	4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 	Работа с интерактивной доской,	Беседа, практическая работа.

			развитие у подростка в.		<ol style="list-style-type: none"> 2. Упражнение «Может ли быть так...»; 3. Упражнение «Я – философ»; 4. Упражнение «На приеме у психолога»; 5. Игра «Подарок»; 6. Рефлексия занятия. 	<p>размышление над заданными вопросами; выбор наиболее значимых высказываний; прослушивание текста; продумывание вариантов помощи; подбор вариантов подарка для участника группы; ответы на вопросы.</p>	
25.	25.5		Что помогает и что мешает любви.	2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рефлексия предыдущего занятия; 2. Упражнение «Какие слова подходят»; 3. Упражнение «Может ли быть так...»; 4. Упражнение «Что помогает и что мешает любви»; 5. Упражнение «Я тебя люблю»; 6. Упражнение «Психологическая задача»; 7. Игра «Любимый цветок и цвет галстука»; 8. Рефлексия занятия. 	<p>Исключение лишнего слова; продолжение последовательности слов; обсуждение; нахождение качеств, способствующих установлению устойчивых отношений любви; анализ своей реакции в заданной ситуации; анализ ситуаций.</p>	<p>Беседа, работа в парах, практическая работа.</p>
			Обобщение.				
26.	30.05		Тренинг «Я учусь владеть собой».	6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие; 2. Упражнение «Когда люди злятся друг на друга»; 3. Упражнение «Агрессивное существо»; 4. Притча 	<p>Работа с интерактивной доской, рисование на планшетах с песком, приветствие участников; пожелание</p>	<p>Беседа, практическая работа</p>

				<p>«Небеса и ад»;</p> <p>5. Упражнение «Лист гнева»;</p> <p>6. Упражнение «Эмоции правят мной или я ими?»;</p> <p>7. Притча «Про царя»;</p> <p>8. Упражнение «Как управлять своими эмоциями»;</p> <p>9. Упражнение «Вверх по радуге»;</p> <p>10. Упражнение «Выкинь»;</p> <p>11. Упражнение «Пушинка».</p>	<p>добрых слов;</p> <p>обсуждение ситуаций, в которых люди злятся друг на друга;</p> <p>собрание «фигуры» из негативных качеств участников;</p> <p>прослушивание текста и его обсуждение;</p> <p>рисование «листа гнева»;</p> <p>обсуждение вариантов регулирования своего эмоционального состояния;</p> <p>выполнение релаксационных упражнений.</p>	
--	--	--	--	--	---	--

1.4 Планируемые результаты

Метапредметные результаты реализации программы:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Предметные результаты:

- овладеть базовыми знаниями по психологии;
- изучить возрастные особенности, использовать и применять полученные знания.

Личностные результаты:

- снизить уровень школьной тревожности и неуверенности в себе;

- сформировать учебную мотивацию;
- сплотить коллектив обучающихся;
- учить соблюдению правил поведения в различных школьных ситуациях;
- устанавливать положительные межличностные отношения друг с другом.

2.1 Календарный учебный график

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2021	31.05.2022	36	108	108	3 раза в неделю по 40 мин.

2.2 Материально-технические и кадровые условия

Материально-технические и кадровые условия: кабинет педагога-психолога для групповых занятий, материально-техническое оснащение: столы, стулья, канцелярские принадлежности, интерактивная доска, планшеты для рисования песком, аудио и видео релаксационные материалы.

Кадровые условия: занятия проводит педагог дополнительного образования. Имеет квалификацию по дополнительной профессиональной программе «Арт-терапия в деятельности педагога-психолога» (ОГБУ ДПО КИРО №14-006031). В 2021 году педагогу присуждена квалификация по дополнительной профессиональной программе «Методика реализации дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях различных типов, где созданы новые места в рамках проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (ОГБУ ДПО КИРО № 14-012414).

2.3 Информационные и методические условия программы

Информационные и методические условия программы: формы и методы работы используются в соответствии с темой занятия.

Элементы тренинга, беседа, групповая дискуссия, групповые и индивидуальные формы работы с использованием планшетов для рисования песком, сказкотерапия, релаксация, визуализация.

Формы аттестации: проведение итоговых тренингов, демонстрация уверенного бесконфликтного поведения обучающихся.

Формы отслеживания и фиксации: журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, аналитический материал.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, групповой коллаж.

Оценочные материалы: многофакторный личностный опросник FPI, методика Филлипса, тест «Самооценка психических состояний» по Айзенку, опросник межличностных отношений (ОМО), методика определения стратегии поведения в конфликте.

Особенности организации образовательного процесса: очно.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, игровой, дискуссионный, убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, групповая. Категория детей: дети группы риска.

Формы организации учебного занятия; беседа, игра, круглый стол, наблюдение, тренинг, эксперимент.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология индивидуализации обучения, технология коллективного взаимообучения, технология игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия: структура: 1.актуализация знаний 2.мотивация 3.ознакомление с новым материалом 4.первичное закрепление навыков 5.проверка первичного усвоения знаний 6.рефлексия

Этапы: 1.Орг. момент 2.основная часть 3. подведение итогов занятия

Дидактические материалы: столы - планшеты с песком, задания, упражнения.

2.4 Список литературы:

Основной список:

1. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе. 5-7 классы», 2015г.
2. Слободяник Н.П. Программа «Уроки общения для младших подростков», 2013г.
3. Ключева Н.В. Касаткина Ю.В. «Учим детей общению. Характер, коммуникабельность», 2015г.
4. Голубева Ю.А. «Тренинги с подростками» Программы, конспекты занятий, 2015г.
5. Сгибаева Е.П. «Классные часы в средней школе», 2015г.
6. Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум, 2015г.
7. Кравцова М.М. «Дети изгой. Психологическая работа с проблемой», 2016г

Дополнительный список:

1. Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей и "внутреннего ребенка". М., 2014г.
2. Вайсен Р. и др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 2015г.
3. Аллан Дж. Ландшафт детской души. Спб.- Минск, 2015г.
4. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. М., 2018г.