

*Приложение 2.3.*

*Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования*

*обучающихся с задержкой психического развития*

*МАОУ гимназии № 18, утвержденной приказом МАОУ гимназии № 18 от 31.03.2021. № 205*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«СИЛА ИНТЕЛЛЕКТА»**

(Формирование универсальных учебных действий)

 **(Коррекционно-развивающая область)**

**Цель программы:** создание условий для формирования ключевых образовательных компетенций (учебно-познавательных, информационных, коммуникативных, компетенций личностного развития).

**Задачи:**

* формирование познавательного интереса к изучению математики, русского языка, окружающего мира;
* развитие навыков применения полученных знаний в новых учебных ситуациях;
* развитие логического мышления, умения анализировать и систематизировать полученные знания.

Коррекционно – развивающая работа с детьми с ОВЗ осуществляется по принципу дифференцированного и индивидуального подхода. Индивидуальные занятия направлены на исправление недостатков психического развития этих детей, ликвидацию пробелов в знаниях. Коррекционные занятия проводятся с учащимися по мере выявления индивидуальных пробелов в их развитии и обучении.

Программа рассчитана для обучающихся с ОВЗ 5-9 классов. Курс разработан на 34 часа в год с проведением занятий 1 раз в неделю продолжительностью 40 минут.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

|  |
| --- |
| **Личностные результаты** |
| **У обучающихся будут сформированы** | ***Обучающийся получит возможность для формирования*** |
| - ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;- моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам | *- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;**- готовности к самообразованию и самовоспитанию;**- компетенции к обновлению знаний в различных видах деятельности;* |
| **Метапредметные результаты** |
| **Обучающийся научится** | ***Обучающийся получит возможность научиться*** |
| - целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;- планировать пути достижения целей;- самостоятельно оценивать правильность выполнения действий и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;- основам реализации проектно-исследовательской деятельности;- устанавливать причинно-следственные связи; | *- самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;**- при планировании достижения целей самостоятельно, полно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;* *- при планировании достижения целей самостоятельно, полно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;* *- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;* *следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества;**- основам рефлексивного чтения;**- ставить проблему, аргументировать её актуальность;* |

**Содержание курса внеурочной деятельности**

**с указанием форм организации и видов деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Практические занятия** |
|  |  **Раздел. Адаптика.** |  |
| **1** | ***Я в «бумажном зеркале». Входная диагностика.***Вводное занятие. Правила.Что изучает наука психология?Зачем человеку нужно изучать себя и других людей? | Обсуждение: «Для чего нужны правила?»Принятие правил работы группы: «Разрешается… Разрешается… Разрешается…»Упр. «Проблема» Дети на листочках записывают вопросы, проблемы из жизни пятиклассников и складывают в «ларец». |
| **2** | ***Я – это Я.*** ***Самопрезентация.***Что я знаю о себе? Что я хочу о себе рассказать?Твоя школа, какой ты ее видишь.В чем сходство и различие учения в начальной и средней школе? | Упр. «Представление имени»Упр.«Если весело живется, делай так»Изготовление визиток. Подбор качеств характера на первую букву имени.Упр.«Позитив»Дети стараются увидеть плюсы в негативных проявлениях школьной жизни. |
| **3** | ***Я и МЫ.*****Мои друзья. Мой класс.**Первый шаг на пути познания себя и других – это знакомство с новыми людьми.Может ли знакомый человек оказаться незнакомым? | Упр.«Бинго-формуляр». Заполнение формуляра с вопросами в режиме марафона.Упр. «Соты». Рисунок своего личного герба на бланках-шестиугольниках.Составление общего герба класса.Защита работ. Рис. «Наш класс» |
| **4** | ***Я и мои близкие.***Какая помощь может понадобиться пятикласснику. Кто такие близкие люди? Это те, кто всегда готов помочь. Чем я готов помочь окружающим?У большинства людей есть способность и стремление помогать и поддерживать других.Мнение авторитетных экспертов. | Игра «Хлопки» (Валявский)Рис. «Я и мои близкие». Обозначение связей между близкими различными типами линий.Рефлексия упражнения в круге. «Советы «бывалых». Лотерея проблем. Советы одиннадцатиклассников по решению заявленных проблем. |
| **5** | ***Легко ли быть учеником?***Какие качества необходимы хорошему ученику?Отличаются ли ожидания разных учителей от пятиклассников?Можно ли быть идеальным учеником?Что может случиться, если человек сверхтребователен к себе?Каков будет результат, если ученик, наоборот, несерьезно относится к требованиям школы и учителей?Для чего учусь я? | Игра «Пятерка».Игра «Идеальный ученик». Каждый ученик садится на «трон» и говорит о том, каким в его представлении должен быть идеальный ученик. Дискуссия.Упр. «Незнайка».Упр. «Что поможет мне учиться». Голосуем за утверждения-ресурсы.Составление списка своих ресурсов в рабочей тетради.  |
| **6** | ***Трудно ли быть настоящим учителем?***Трудно ли быть НАСТОЯЩИМ учителем? Почему?Что значит «быть настоящим».Как ученики могут помочь учителю? | Игра «Идеальный учитель»(Проводится аналогично игре «Идеальный ученик»)Дискуссия на тему занятия.Упр. «Слушаем внимательно» Один из участников на время становится учителем и объясняет остальным специальное задание.Упр. «Интервью с учителем».Тренинг «Корреспондент». Знакомство с правилами интервьюирования.Статья об учителе в школьный журнал |
| **7** | ***Я и моя школа.***Правила школы. Оптимальные варианты поведения в разных школьных ситуациях. | Командная игра «Корреспондентский марафон»Упр. «Передай ритм»Упр. «Узнай свою школу». Рефлексия. |
| **8** | ***Я и мои цели. Моя будущая профессия.***Главное – увлечь себя.Почему одним людям надо заставлять себя работать, а другим - нет?Что такое цель и зачем она нужна.Осмысление личных целей на период обучения в пятом классе. | Упр. «Определи, насколько ты веришь в себя, в свои силы?»Упр. «Инь и Ян»Упр. «Ставим цели»Упр. «Доброжелательное послание»Упр. «В профессию первые шаги» |
| **9** | ***Рефлексивное занятие.*****Итоговая игра** Награждение символическими наградами, титулами и званиями | Упр. «Психологический автопортрет»Групповая работа: «Что происходило на занятиях»«Что нового узнали?»«Чему научились?»«Как применять новые знания?»«Что больше всего понравилось?»Выполнение упражнения, за которое больше всего проголосовали.  |
|  | **Раздел. Пазлспорт.** |  |
| **10** | ***Развитие мышления на основе комплекса «Пазлспорт» по В.Красноухову******Введение.*** *История данного вида спорта, основатель комплекса мозголомок (разноуровневые головоломки) В.Красноухов; Значение развития креативно-логических способностей.* | 1. Освоение интеллектуального вида спорта «Пазлспорт»
2. Стартовая диагностика логических возможностей.
3. Организация чемпионата по «Пазлспорту» (полуфинал,финал).
 |
|  | **Раздел. СИРС.** |  |
| **11** | ***Развитие понятийного мышления на основе комплекса СИРС (система интенсивного развития способностей, скорочтение, пространственного мышления.*** | 1. **Стартовая диагностика скорости чтения и понимания текста.**
2. **Развитие свойств внимания - основа хорошей памяти.** Внимание, наблюдательность, переключаемость. Развитие свойств внимания.
3. **Индивидуальные стили кодирования и переработки информации**.
4. **Мнемосистема «Сочетание цифр и форм».**

Запоминание цифр на основе «похожести» зрительных образов, которые отрабатываются и используются при запоминании дат, телефонов, формул и т.д. Восприятие цифр всеми пятью органами чувств одновременно, «оживление».1. **Запоминание многозначных чисел, номеров телефонов, дней рождений, важных исторических событий.**

Использование изученных мнемосистем для запоминания цифровой информации.1. **Как запоминать словарные слова.**

Многообразие методов запоминания словарных слов: через рисунок, созвучие, графические ассоциации. Сочетание методов для «визуалов», «аудиалов», «кинестетиков».**7) Как запоминать слова и предметы с помощью ассоциативных связей.** Способность оперировать образными пред­ставлениями, устанавливать связи и закономерности между понятиями. Развитие творческого мышления. **8) Основные признаки полноценного образа. Передача движения и информации.**1. Образы должны быть яркими, четкими, необычными.2. Образы должны быть в движении.3. Связка между образами может быть в виде накладывания друг на друга, перекатывания, на основе «похожести».**9) Тренинг.**Практические задания: Практические заданияСИРС: подпрограммы «Быстрое чтение» «Развитие памяти» - тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста в строчку», «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов», «Запоминание цветов».**10) Итоговая диагностика скорости чтения и понимания текста. Диагностика зрительной памяти.** |
|  | **Раздел. Самопознание личностное и нравственное. Профориентация** |  |
| **12.** | ***Самопознание личностное и нравственное. Профориентационная игра*** ***« Город».*** | 1) Диагностика оригинальности, гибкости и быстроты мышления. 2) Тренинг «Я в мире профессий»Изучение интересов и склонностей к различным областям знаний.3) Нравственная самооценка Шемшуриной4) Уровень нравственной воспитанности по Н.Е.Щурковой5) Профориентационные игры и упражнения  |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Практические занятия** |
|  |  **Раздел. Адаптика.** |  |
| **1** | ***Входная диагностика.***Вводное занятие. Правила.Зачем человеку нужно изучать себя и других людей? | Обсуждение: «Для чего нужны правила?»Принятие правил работы группы: «Разрешается… Разрешается… Разрешается…»Упр. «Проблема» Дети на листочках записывают вопросы, проблемы из жизни пятиклассников и складывают в «ларец». |
| **2** | ***Я повзрослел.*** Осознают целостность мира и многообразие взглядов на него, определяют познавательную цель, обобщают и систематизируют разумные виды информации. | Работа со сказкой. Лабиринт души (Т. Шмидт) Упр.«Символ  моего Я». Упр. «Спрячь игрушку».   |
| **3** | ***У меня появилась агрессия.***Что такое агрессия? | Упр. «Золотые мысли».Упр. «Ассоциации».Работа со сказкой. «Сказка про Рона» |
| **4** | ***Агрессивный человек.***Как звучит агрессия? Как выглядит агрессивный человек? | Упр. «Покажи агрессию»Упр. «Кто из них агрессивный?»Упр. «Агрессивный... продавец».Работа со сказкой. «Время» (О. Горбушина). |
| **5** | ***Реакция на агрессию.***Конструктивная реакция на агрессию. | Упр. «Свет мой зеркальце».Упр. «Как поступить конструктивно?»Работа с притчей. «Если я сильный...» |
| **6** | ***Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.*** | Упр. «Чем недовольны родители?» Упр. «Чем недовольны подростки?» Упр. «Подростки не понимают... Родители не понимают...»Работа со сказкой. «Сказка про Крича» (М. Кирсанова) |
| **7** | ***Учимся договариваться.*** | «Эпиграф занятия».Упр. «На приеме у психолога».Упр. «Мои маски». |
| **8** | ***Учимся договариваться.*** | Работа в тетради, «Рисунок маски».Работа с притчей «Маски». |
| **9** | ***Рефлексивное занятие.*** | Итоги «Что изучали на занятиях» |
|  | **Раздел. СИРС.** |  |
| **10** | ***Исторический обзор представлений о работе памяти.*** Примеры феноменальной памяти и быстрого чтения. Способность к запоминанию. Память и ее основные процессы. Условия развития памяти. | Правила работы за компьютером. Техника безопасности.  |
| **11** | ***Стартовая диагностика мнемонических способностей.*** | «Развитие памяти»: тесты «Клетки воды», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов»  |
| **12** | ***Стартовая диагностика скорости чтения и понимания текста.***  | «Быстрое чтение», комплекс для 5-6 классов: тесты «Диагностика», «Антонимы», «Пословицы».  |
| **13** | ***Развитие свойств внимания - основа хорошей памяти****.* Внимание, наблюдательность, переключаемость. Развитие свойств внимания.  | тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы» «Чтение текста в строчку». Дополнительно: «Муха», «Перепутанные линии».  |
| **14** | ***Методика «Оживления» при запоминании графических символов и таблиц.*** Индивидуальные стили кодирования и переработки информации.  | тест «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы» «Чтение текста в строчку». Дополнительно: «Перевоплощение», «На что это похоже?», «Цепочки ассоциаций при запоминании таблиц».  |
| **15** | ***Мнемосистема «Сочетание цифр и форм».*** Запоминание цифр на основе «похожести» зрительных образов, которые отрабатываются и используются при запоминании дат, телефонов, формул и т.д.  | тесты «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Таблицы Шульте», Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста в строчку». Дополнительно: «Включенные фигуры цифр», «Схожесть цифр с людьми», «Есть ли у цифр характер».  |
| **16** | ***Промежуточная диагностика скорости чтения и понимания текста. Диагностика зрительной памяти.*** | тесты «Диагностика», «Антонимы», «Пословицы», «Клетки воды», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов».  |
| **17** | ***Запоминание многозначных чисел, номеров телефонов, дней рождений, важных исторических событий.*** Использование изученных мнемосистем для запоминания цифровой информации.  | тесты «Таблицы Шульте» «Текст в столбец», «Антонимы», «Пословицы», «Клетки воды», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов». Дополнительно: « История номера телефона», «Исторический календарь» |
| **18** | ***Как запоминать словарные слова.*** | тесты «Таблицы Шульте», «Текст в столбец» «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы». Дополнительно: «Придумай картинку к буквам», «Буквы в позах и жестах», «Звуковые ассоциации», «Комбинирование рисунка и созвучия». |
| **19** | ***Как запоминать слова и предметы с помощью ассоциативных связей.***  | тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста в столбец», «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов».  |
|  | **Раздел пазлспорт** |  |
| **20** | ***Введение.*** Значение развития креативно-логических способностей. | 1. Освоение интеллектуального вида спорта «Пазлспорт»
2. Стартовая диагностика логических возможностей.

**3)** Организация чемпионата по «Пазлспорту» (полуфинал,финал). |
|  | **Раздел. Самопознание личностное и нравственное. Профориентация.** |  |
| **21** | ***«Что такое ценности?»*** | Работа в тетради. «Я в будущем». Работа со сказкой «Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный» |
| **22** | ***«Ценности и жизненный путь человека».*** | Упр. «Ценности и выбор профессии», Упр. «Определи ценности», Упр. «Переоценка ценностей», Работа со сказкой. «Сказка  про еловую шишечку». |
| **23** | ***«Мои ценности».*** | «Эпиграф», Упр.«Спор ценностей». |
| **24** | ***Профориентационная игра «Город»*** | Профориентационные игры и упражнения |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Практические занятия** |
|  |  **Раздел 1. Эмоциональная сфера человека.** |  |
| **1** | ***Эмоциональный интеллект***Почему нужно обращать внимание на чувства людей.Что входит в эмоциональный интеллект | Упр. «Ошибка футболиста».Упр. «Парк развлечений» |
| **2** | ***Закон «прорыва плотины»*** Основные законы психологии эмоций, заключаются в том, что чувства нельзя удерживать бесконечно долго. Они сначала просачиваются потихоньку, и человек может их контролировать, а потом он теряет над ними контроль. | Упр. «Ассоциации». "Интернет-магазин", какие эмоции, можно купить на сайтах? Упр.«Эмоции в подарок» Работа со сказкой. Ребята слушают и обсуждают сказку."Чертежик" |
| **3** | ***Закон скрытности*** | Упр."Ты прав, и ты прав…". «Сонник», развитие фантазии. Игра «Мумия». |
| **4** | ***Закон обратного эффекта***Предлагаются варианты улучшения настроения. | Упр. «Забронируй путевку».Упр. «Человек-паук». Подростки вспоминают известного героя Человека-паука, который обладал фантастическими умениями – мог поднимать тяжелые предметы, двигаться с огромной скоростью, выпускать паутину. |
| **5** | ***Передача чувств по наследству*** | Упр. «Что чувствует человек, если…».Упр. «Чрезвычайное происшествие»Работа с рассказом "Рассказ сына". |
| **6** | ***Взаимосвязь разума и эмоций*** | Упр. «И это грустно, и это весело…». «Что чувствует человек, если…». Упр. «Одежда».  Внимательный наблюдатель по одежде человека может догадаться о его эмоциональном состоянии. Предлагает им пофантазировать и закончить предложения. Упр. «Интернет-магазин “Веселье”». Упр. «Найди свой стул». Работа со сказкой. Ребята слушают и обсуждают сказку "Портфельчик" |
|  | ***Раздел СИРС*** |  |
| **7** | ***Основные признаки полноценного образа. Передача движения и информации.*** | тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста с затиркой», «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов», «Запоминание цветов».  |
| **8** | ***Тренинг.*** | тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста с затиркой», «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов», «Запоминание цветов».  |
| **9** | ***Тренинг.*** | тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста с затиркой», «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов», «Запоминание цветов».  |
|  | ***Тренинг.*** | тесты «Таблицы Шульте», «Антонимы», «Пословицы», «Чтение текста с затиркой», «Клетки воды», «Трехмерные фигуры», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов», «Запоминание цветов».  |
| **10** | ***Итоговая диагностика скорости чтения и понимания текста. Диагностика зрительной памяти.***  | тесты «Диагностика», «Антонимы», «Пословицы», «Клетки воды», «Цифры», «Буквы», «Порядок слов».  |
| **11** | ***Метод «Пиктограмм» при запоминании стихов.***  | «Текст с противоречиями», «Пиктограмма».  |
| **12** | ***Как подготовиться к выступлению. Запоминание речей, статей.***  | «Невозможные ситуации», «Составь рассказ», «Придумай фильм», «Запомни текст».  |
| **13** | ***Альтернативные способы хранения данных.***  | «Сброс внутренних зажимов», «Удалить образ», «Хочешь вспомнить - расслабься». |
| **14** | ***Стартовая диагностика особенностей понятийного мышления***  | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим диагностики.  |
| **15** | ***Понятийное мышление.*** | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим тренинга. |
| **16** | ***Выделение существенного.*** | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим тренинга. |
| **17** | ***Образование суждений.***  | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим тренинга.  |
|  | **Раздел пазлспорт (3часа)** |  |
| **18** | ***Тренинг*** | Решение разноуровневых головоломок |
|  | **Раздел Социальное восприятие: как узнать другого человека (8 часов)** |  |
| **19** | **Как мы получаем информацию о человеке.** Обучать подростков понимать других людей; содействовать оптимизации общения подростков с окружающими. | «Понимать окружающих» Работа в  тетради. Упр. «Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов?». Упр. «Почему невербальная коммуникация много говорит о человеке».   Игра «Как мы друг друга понимаем». |
| **20** | ***Учимся понимать жесты и позы.*** | Упр. «Что чувствует человек, если ему в голову приходят мысли о…». Упр. «Жесты и позы всегда говорят о чем-то». Ведущий рассказывает о том, что позы и жесты человека всегда несут определенную информацию. В качестве примера рассматриваются жесты и позы, которые содержат неосознанное стремление укрепить свой авторитет. Упр. «Жесты, отражающие состояние человека». Работа  в тетради. Жесты, отражающие состояние («жесты-состояния»): |
| **21** | ***Невербальные признаки обмана*** Понимание причин поведения людей | Упр. «Определи причину». Упр. «О чем говорят жесты». Подростки вспоминают, о чем могут говорить жесты. Упр. «У кого можно списать». «Врунишка» Упр. «Почему необходимо уметь понимать причины поведения других людей». Упр.«Как сказать о причинах своего поведения, чтобы нас поняли». Упр. «Как не делать ошибок в понимании». Упр. Впечатление, которое мы производим Упр.«Первое впечатление». Упр."Что мы помним о человеке" Работа в тетради.  «Новый учитель». «Где происходит действие».  |
| **22** | ***Что такое наблюдательная сензитивность. Развиваем наблюдательную сензитивность.*** | «Кто изменил позу». «Кому необходима сензитивность", «Сыщики». "Подойди к ..." «Обложка учебника». |
|  | **Межличностная привлекательность: любовь и дружба (5 часов)** |  |
| **23** | ***Привлекательность человека.*** Способствовать рефлексии процесса общения со сверстниками. | «Что привлекает в человеке», Запись в тетради: «Виды привлекательности – физическая, коммуникативная, характерологическая, по сходству взглядов». Упр. «Какая привлекательность важнее». «Качества привлекательного человека». Упр. «Кто пришел в гости». Упр. «Путаница». Упр. «Волшебное превращение». |
| **24** | ***Взаимность или обоюдная привлекательность.*** | Упр.«Взаимная симпатия». Упр. «Легко ли проявлять симпатию", Упр. «Действия симпатии».   Упр. «На спине – на доске». Упр. «Оторви хвостик». |
| **25** | ***Дружба. Четыре модели общения*** | Упр.«Модели общения».   Упр. Дружить, но этому можно научиться. Упр. «Что для тебя значимо».  Упр. «Дружба в социальных сетях». Упр. «Три качества». Упр. «На приеме у психолога».   Упр. «Кто больше знает».  |
| **26** | ***Романтические отношения или влюблённость.*** | «Влюбленность и любовь». В чем разница? В каком возрасте можно любить и влюбляться? Когда это помогает, а когда – мешает? В кого можно влюбиться? Упр. «Как поступить». Упр.«На приеме у психолога» (беседа с обсуждением проблем подростков). Игра «Спички». «Узнай свои качества».  |

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Практические занятия** |
|  |  **Раздел.** **Я - концепция и ее ключевые компоненты (5 часов)** |  |
| **1.** | ***«Я-концепция».*** | Упр. «Умственный мусор» Упр.«Корзина для мусора». Учащиеся рисуют в тетради большую пустую корзину для мусора, затем все вместе называют типичные убеждения подростков, которые можно отнести к«умственному мусору», и записывают их внутри изображения корзины. Упр. «Общая деталь» (К. Фопель). Упр. «Общие руки» (К. Фопель).  |
| **2.** | ***Самоуважение.*** | Упр. «Лишнее слово». Упр. «Самоуважение». «Высказывания". Упр. «Умственный мусор». |
| **3.** | ***Самоконтроль.*** | Упр. «Самоконтроль». Упр. «Самоконтроль может мешать». Упр. «Письмо на руке» (К. Фопель). Упр. «Секрет учителя» (К. Фопель). |
| **4.** | ***Уверенность в себе.*** | Упр. «На что влияет уверенность в себе».   Упр. «Признаки неуверенности в себе». Упр. «Способы повышения уверенности в себе».   Упр. «Ирландская дуэль» (К. Фопель). «Стащить журнал». |
| **5.** | ***Пол как ключевой аспект Я*** | Упр. «Умственный мусор».   Упр. «Мужчины и женщины».   Упр. «Если я…». «Отвечаем на вопросы».   Упр.«Превращаемся в числа» (К. Фопель).  |
|  | **Раздел СИРС (11 часов)** |  |
| **6.** | ***Понимание переносного смысла.*** Развитие умения оперировать смыслом, понимать переносный смысл пословиц, поговорок, содержащих в себе возможности вербализации трансформации текста.  | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим тренинга.  |
| **7** | ***Логический аспект существенного понимания текста.*** | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим тренинга. |
| **8.** | ***Логический аспект понимания переносного смысла пословицы.***  | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл»,«Последовательности»,«Фразеологизмы», «Пословицы» - режим тренинга.  |
| **9.** | ***Промежуточная диагностика понятийного мышления***  | «Чувство стихосложения», «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Последовательности», «Фразеологизмы», «Пословицы» - режим диагностики.  |
| **10** | ***Диагностика понятийного мышления – 2 уровень.*** | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим диагностики. |
| **11** | ***Логический аспект понимания переносного смысла не прямо отраженного в словесном виде.*** Изучение уровня, целенаправленности, критичности мышления.  | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим тренинга.  |
| **12** | ***Выявление характера логических связей и отношений между понятиями.*** Подсчитывается количество правильных и ошибочных ответов, анализируется характер установленных связей между понятиями — конкретные, логические, категориальные, фиксируется последовательность и устойчивость выбора существенных признаков для установления аналогий. По типу связей можно судить об уровне развития мышления у обучаемого - преобладании наглядных или логических форм. | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим тренинга.  |
| **13** | ***Способности к обобщению и абстрагированию, умение выделять существенные признаки.*** | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим тренинга.  |
| **14** | ***Способности к классификации и сравнению.***  | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим тренинга. |
| **15** | ***Логический аспект понятийного мышления, связанный с чувством юмора***  | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим тренинга.  |
| **16** | ***Итоговая диагностика понятийного мышления.***  | «Словарь», «Словарь наоборот», «Глаголы», «Переносный смысл», «Фразеологизмы», «Ориентировка в тексте», «Анекдоты», «Окончания», «Существенное понимание» - режим тренинга.  |
|  | **Эмоциональный мир человека (11 часов)** |  |
| **17** | ***Психические состояния и их свойства.*** | Упр. «Что такое состояние».  Упр. «Опиши состояние». Упр. «Желательные и нежелательные состояния на уроке». Упр. «Вдохновение». Упр.«Угадай строчку».«Любимый цвет, любимое блюдо…».  |
| **18** | ***Напряжение.*** | Упр. «Что такое напряжение». Упр. «Виды напряжения»,  «Две реакции на перенапряжение».  «Три толстяка».  |
| **19** | ***Приемы внешней регуляции состояния.*** | Упр. «Убеждение», «Внушение»,  «Узнай товарища», «Холодно-горячо». |
| **20** | ***Приемы внутренней регуляции состояния.*** | Упр. «Контроль и регуляция тонуса мимических мышц».  «Улыбка». "Царевна Несмеяна" «Контроль и регуляция мышечной системы». «Пальчиковая гимнастика». «Точечный массаж». «Контроль и регуляция темпа движений и речи». |
| **21** | ***Приемы саморегуляции.*** | «Специальные дыхательные упражнения». «Часы». Нужно представить себе, что рядом тикают часы и вы дышите под их счет:вдох на 1–2–3–4, затем задержка дыхания на 1–2–3–4, выдох – 1–2–3–4, задержка 1–2–3–4 (ритмичное дыхание). «Шарик». Нужно надуть воображаемый воздушный шарик (успокаивающее дыхание). «Пар». «Мыльные пузыри». «Ватка». «Визуализация». «Самовнушение».  |
| **22** | ***Настроение.*** | Упр. «Что такое настроение». «Каким бывает настроение»."От чего может испортиться настроение у подростков". «Как подростку улучшить настроение». «Квадратики». |
| **23** | ***Настроение и активность человека.*** | «Как влияет настроение на…». «Влияние настроения на поведение». «Нужно ли скрывать свое настроение». «В окно заглянул директор». «Наши сотрудники». |
| **24** | ***Возрастной аспект состояний: состояния подростков.*** | «Типичные состояния подростков». «Расшифруй состояния». «Кто что ест». «Собери свою команду». «Доведи друга».  |
| **25** | ***Стресс.*** | «Что такое стресс». «Чем полезен стресс». «Чем может быть вреден стресс». |
| **26** | ***Стресс и стрессоустойчивость.*** | «Что такое стрессоустойчивость». «Фундамент стрессоустойчивости». «Крыша” стрессоустойчивости». «Словесная дуэль».  |
|  | ***Профориентация (6 часов)*** |  |
| **27** | ***Профориентация. Хочу и умею.*** | Диагностика УУД подростков. |
| **28** | ***Моя профессия.*** | «Профессиональные ассоциации».  Упражнение «Журналист». Работа в тетради. |
| **29** | ***Время взрослеть.*** | Упражнение «Мое настоящее». Упражнение «Перспективы». |
| **30** | ***Виртуальный мир:******возможности и опасности.*** | Упр. «Быстро, доступно в любое время». «Общение на большом расстоянии». Яркие игры. |

 **9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Практические занятия** |
|  | **Раздел «Что я знаю о своих возможностях» - 8ч.** |  |
| **1.** |  ***Самооценка и уровень притязаний .*** Содержание, специфика занятий по выбору профессий. | Составление личного профессионального плана и «Моя будущая профессия». Самопрезентация, самооценка в профессиональной деятельности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех.Диагностические процедуры. Самооценка индивидуальных качеств по методикам «Кто Я?», «Какой Я?». |
| **2.** | ***Темперамент и профессия***. Определение темперамента. Темперамент и свойства нервной системы. Стабильность - чувствительность, интроверсия - экстраверсия. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления в профессиональной деятельности. | Практическая работа. Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры. Модификация личностного опросника Г. Айзенка «Определение темперамента».  |
| **3.** | ***Чувства и эмоции.*** Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Чувства и эмоции, их роль в профессиональной деятельности. Способы выражения. Регуляция эмоционального состояния. | Практическая работа. Самоанализ эмоциональных состояний.Диагностические процедуры. Модификация теста Басса-Дарки «Тест эмоций». |
| **4.** | ***Стресс и тревожность.*** Тревожность. Эустресс и дистресс. Реакция на стресс. Связь с темпераментом, личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием. | Практическая работа. Анализ качеств характера, провоцирующих конфликты, препятствующих возникновению конфликтов. Диагностические процедуры. Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций». |
| **5.** | ***Определение типа мышления*.** Мышление как средство познания. Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Ведущий тип мышления как индивидуальный способ преобразования информации. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное. Тип мышления и успешность в определенных видах профессиональной деятельности. Креативность. | Практическая работа. Анализ основных характеристик мышления. Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры. Методика «Определение ведущего типа мышления». |
| **6.** | ***Внимание и память*.** Общее представление о внимании и памяти. Основные свойства внимания: устойчивость, объем, переключаемость, распределение, концентрация. Основные функции памяти. Слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая память. Условия развития внимания и памяти. Роль в профессиональной деятельности. | Практическая работа. Упражнения «Двойной счет», «Муха». Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры: Методика «Воспроизведение рядов цифр», «Отыскание чисел», «Корректурная проба». |
| **7** | ***Уровень внутренней свободы.*** ровень внутренней свободы как субъективное ощущение человека. Влияние на отношение к событиям своей жизни и принятие решений. Зависимость от внешних от обстоятельств, мнения окружающих, средств массовой информации. | Практическая работа. Анализ ситуаций.Диагностические процедуры: методика «Уровень внутренней свободы».  |
| **8.** | ***Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»*** Психологический портрет и психологические особенности. Соответствие представлениям о себе. | Практическая работа. Самоанализ по результатам тестов «Мой психологический портрет», работа с психологическим кроссвордом. |
|  | **Раздел 2 «Что я знаю о профессиях»** |  |
| **9.** | ***Классификации профессий.*** Признаки профессии. Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Предмет, цели, средства, условия труда. Профессии типа «человек-человек», «человек-техника», «человек-природа» «человек - знаковая система» «человек-художественный образ». | Практическая работа. Упражнения «По горячим следам», «Назови профессию». Работа со «словарем профессий». |
| **10** | ***Определение типа будущей профессии.*** Характеристика профессий по признакам профессиональной деятельности. | Практическая работа. Игры «Аукцион», «По горячим следам». Работа со словарем профессий.Диагностические процедуры. Методика Е.А. Климова «Определение типа будущей профессии». |
| **11** | ***Профессия, специальность, должность.*** Формула профессий. Виды трудовой деятельности. Отличия профессии от других видов трудовой деятельности. Профессия, специальность, должность. Формула профессий. Понятие о профессиограмме. | Практическая работа. Упражнения «Найди профессии», «По горячим следам». Работа со «словарем профессий». Диагностические процедуры. Модификация методики Н.С. Пряжникова «Формула профессии». |
| **12** | ***Интересы и склонности в выборе профессии.*** Склонности, желания, интересы личности. Содержание, глубина, длительность интересов. Формирование интересов и склонностей. Связь интересов с особенностями темперамента. | Практическая работа. Анализ возможных направлений профессиональной деятельности.Диагностические процедуры. Модификация методики А. Голомштока «Карта интересов». |
| **13** | ***Определение профессионального типа личности.*** Связь между психологическим типом человека и его профессией. Типы личности (по Дж. Голланду): реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический. Приспособленность различных типов к профессиональным областям. | Практическая работа. Анализ профессионального типа личности. Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры. Модификация методики Дж. Голланда «Определение профессионального типа личности». |
| **14** | ***Профессионально важные качества личности.*** Качества личности, необходимые для успешности профессиональной деятельности. Требования профессии к человеку. Черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области. | Практическая работа. Анализ профессиональных типов личности и черт характера, особенностей мышления, свойств нервной системы. Игра «Профессионально важные качества». |
| **15** | ***Профессия и здоровье.*** Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Требования к здоровью человека. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Условия и режим труда. | Практическая работа. Анализ медицинских ограничений профессиональной пригодности. Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры. Методика «Мое здоровье» (опросник «Вегетативная лабильность»). |
| **16** | ***Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»*** Модель будущей профессии. Самоанализ. | Практическая работа. Анализ профессий, соответствующих интересам и склонностям, состоянию здоровья. Работа с психологическим кроссвордом. |
|  | **Раздел 3 «Способности и профессиональная пригодность»- 8ч.** |  |
| **17** | ***Способности общие и специальные.*** Способности к практическим видам деятельности. Задатки, общие и специальные способности. Условия развития способностей. Способности к практическим видам деятельности: к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, формированию двигательных навыков. | Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры. Методика«Определение технических способностей» (фрагмент Теста механической понятливости Бенета). |
| **18** | ***Способности к интеллектуальным видам деятельности.*** Уровень общего умственного развития как условие успешной профессиональной деятельности. Условия развития интеллектуальной активности. | Практическая работа. Работа со «словарем профессий». Диагностические процедуры. Методика «Тест умственного развития» (Школьный Тест Умственного Развития в модификации Г. Резапкиной). |
| **19** | ***Способности к профессиям социального типа.*** Личностные особенности человека, обеспечивающие успешность профессий социального типа: эмоциональная устойчивость, умение общаться, тип темперамента, поведение в конфликтных ситуациях. Взаимодействие в профессиях социального типа. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях. | Практическая работа. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».Диагностические процедуры. Методика «Особенности поведения в конфликтных ситуациях». |
| **20** | ***Способности к офисным видам деятельности.*** Интеллектуальные и личностные особенности, определяющие успешность профессиональной деятельности людей, относящихся к офисному типу. Профессионально важные качества: аккуратность, потребность систематизировать и классифицировать информацию. | Практическая работа. Работа со словарем профессий. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий». Диагностические процедуры. Методика «Интеллектуальная лабильность» (авторская модификация). |
| **21** | ***Способности к предпринимательской деятельности.*** Профессионально важные качества руководителя и предпринимателя: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость. | Практическая работа. Анализ профессионально важные качества руководителя и предпринимателя, степени развития этих качеств. Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий». Диагностические процедуры. Методика «Стратегия разрешения конфликтных ситуаций». |
| **22** | ***Эстетические способности.*** Специальные способности: артистические, литературные, музыкальные, способности к изобразительному искусству. Функциональная асимметрия. | Практическая работа. Анализ принадлежности к «мыслителям» или «художникам», определение активности и доминирования правого или левого полушария. Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий». Диагностические процедуры. Методика «Мыслитель или художник». |
| **23** | ***Уровни профессиональной пригодности.*** Степени профессиональной пригодности человека: профессиональная непригодность к конкретной профессии, профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий, соответствие конкретной профессиональной деятельности, призвание. Призвание - высший уровень профессиональной пригодности. Истоки отношения человека к труду. Классификация типов личности Э. Фромма: рецептивный, эксплуататорский, стяжательский, рыночный, творческий. | Практическая работа. Анализ продуктивности типов личности (по Э. Фромму). |
| **24** | ***Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность.*** Степень сформированности способностей к практической работе, к интеллектуальной работе, к профессиям социального типа, к офисной работе, к предпринимательству, эстетических способностей. | Практическая работа. Самоанализ «Мои способности», работа с психологическим кроссвордом. |
|  | ***Раздел 4 «Планирование профессиональной карьеры»*** |  |
| **25** | ***Мотивы и потребности.***Мотивы трудовой деятельности. Уровень профессионализма, мотивация, система ценностей человека. Мотивация как важнейшее условие профессиональной самореализации личности. Пирамида человеческих потребностей Маслоу. | Практическая работа. Анализ профессиональной и внепрофессиональной мотивации, анализ жизненно важных ценностей.Диагностические процедуры. Методика Головахи «Определение мотивации». |
| **26** | ***Ошибки в выборе профессии.*** Основные ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию»,отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, влияние других лиц. Причины ошибок в выборе профессии. | Практическая работа. Анализ возможных причин ошибок выбора профессии, анализ достоинств и недостатков профессий, работа со словарем профессий, игра «Оптимисты» и «Скептики». |
| **27** | ***Современный рынок труда.*** Рынок труда как система социально-экономических взаимоотношений. Закон спроса и предложения. Трудовое соглашение или контракт. Заработная плата и квалификация специалиста, уровень профессиональной подготовки, опыт работы, личностные и профессионально важные качества человека. | Практическая работа. Анализ современного рынка труда и потребности в специалистах, анализ «мышеловок» (вариантов заманчивых предложений), работа со «словарем профессий». |
| **28** | ***Пути получения профессии.*** Способы получения профессии. Среднее специальное образование. Система высшего профессионального образования. Очная и заочная форма обучения, дистанционная форма обучения, экстернат. «Горизонтальная» и «вертикальная» карьера. | Практическая работа. Анализ направлений и специальностей (работа с «Матрицей профессионального выбора»). Работа со «словарем профессий». |
| **29** | ***Навыки самопрезентации.*** Самопрезентация. Структура «Образа – Я» как система представлений о себе: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Внутреннее состояние человека и его внешние проявления. Внешний вид, грамотная речь. | Практическая работа. Упражнения «Личное пространство», «Работа над ошибками», «Резюме», «Анкета кандидата на должность». |
| **30** | ***Стратегия выбора профессии.*** Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Целеполагание в профессиональной деятельности. Условия достижения целей. | Практическая работа. Анализ профессионального будущего, составление личного профессионального плана. Упражнение «Машина времени». |
| **31** | ***Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»*** Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры. Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере. | Практическая работа. Упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности. |
| **32** | ***«Моя будущая профессия»*** | Конкурс творческих работ на тему «Моя будущая профессия». |

**Формы организации ВУД**: беседы, ролевые игры, тренинги, дискуссии, рисуночная арт-терапия, диагностики, моделирование образцов поведения.

**Виды деятельности обучающихся:** познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, досуговое общение.

**Календарно-тематическое планирование**

**5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов |
|  | **Раздел. Адаптика** | **10** |
| 1. | Я в «бумажном зеркале». | 2 |
| 2. | Я – это Я. Самопрезентация. | 1 |
| 3. | Я и МЫ. Мои друзья. Мой класс | 1 |
| 4. | Я и мои близкие | 1 |
| 5. | Легко ли быть учеником? | 1 |
| 6. | Трудно ли быть настоящим учителем? | 1 |
| 7. | Я и моя школа | 1 |
| 8. | Я и мои цели. | 1 |
| 9. | Рефлексия занятий курса. | 1 |
|  | **Раздел. СИРС** | **10** |
| 10. | Стартовая диагностика скорости чтения и понимания текста. | 1 |
| 11. | Развитие свойств внимания - основа хорошей памяти. | 1 |
| 12. | Индивидуальные стили кодирования и переработки информации. | 1 |
| 13. | Мнемосистема «Сочетание цифр и форм». | 1 |
| 14. | Запоминание многозначных чисел, номеров телефонов, дней рождений, важных исторических событий. | 1 |
| 15. | Как запоминать словарные слова. | 1 |
| 16. | Как запоминать слова и предметы с помощью ассоциативных связей. | 1 |
| 17. | Основные признаки полноценного образа. Передача движения и информации. | 1 |
| 18. | Тренинг.Практические задания СИРС | 1 |
| 19. | Итоговая диагностика скорости чтения и понимания текста. Диагностика зрительной памяти. | 1 |
|  | **Раздел. Пазлспорт.** | **8** |
| 20. | Введение.История данного вида спорта, основатель комплекса мозголомок (разноуровневые головоломки) В.Красноухов. Значение развития креативно-логических способностей. | 1 |
| 21. | Стартовая диагностика логических возможностей. | 1 |
| 22. | Развитие мышления на основе комплекса «Пазлспорт» по В.Красноухову. Решение головоломок 3 уровня. | 1 |
| 23. | Развитие мышления на основе комплекса «Пазлспорт» по В.Красноухову. Решение головоломок 4 уровня. | 1 |
| 24. | Развитие мышления на основе комплекса «Пазлспорт» по В.Красноухову. Решение головоломок 5 уровня. | 1 |
| 25. | Развитие мышления на основе комплекса «Пазлспорт» по В.Красноухову. Решение головоломок 6 уровня. | 1 |
| 26. | Развитие мышления на основе комплекса «Пазлспорт» по В.Красноухову. Решение головоломок всех уровней. | 1 |
| 27. | Чемпионат по пазлспорту | 1 |
|  | **Раздел. Самопознание личностное и нравственное. Профориентация.**  | **6** |
| 29. | Диагностика оригинальности, гибкости и быстроты мышления. | 1 |
| 30. | Тренинг «Я в мире профессий»Изучение интересов и склонностей к различным областям знаний. | 1 |
| 31. | Самопознание личностное и нравственное. Нравственная самооценка А.И. Шемшуриной. Уровень нравственной воспитанности по Н.Е. Щурковой | 1 |
| 32. | Профориентационная игра «Город» | 1 |
| 33. | Профориентационная игра «Город» | 1 |
| 34. | Итоговое занятие | 1 |
|  | Итого: | **34** |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов |
|  | **Раздел. Адаптика** | **10** |
| 1. | Входная диагностика. | 2 |
| 2. | Я повзрослел | 1 |
| 3. | У меня появилась агрессия. | 1 |
| 4. | Агрессивный человек | 1 |
| 5. | Реакция на агрессию | 1 |
| 6. | Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. | 1 |
| 7. | Учимся договариваться | 1 |
| 8. | Учимся договариваться | 1 |
| 9. | Рефлексия занятий курса. | 1 |
|  | Раздел. СИРС | **10** |
| 10. | Исторический обзор представлений о работе памяти. | 1 |
| 11. | Стартовая диагностика мнемонических способностей. | 1 |
| 12. | Стартовая диагностика скорости чтения и понимания текста. | 1 |
| 13. | Развитие свойств внимания - основа хорошей памяти.  | 1 |
| 14. | Методика «Оживления» при запоминании графических символов и таблиц. | 1 |
| 15. | Мнемосистема «Сочетание цифр и форм». | 1 |
| 16. | Промежуточная диагностика скорости чтения и понимания текста. Диагностика зрительной памяти***.*** | 1 |
| 17. | Запоминание многозначных чисел, номеров телефонов, дней рождений, важных исторических событий. | 1 |
| 18. | Как запоминать словарные слова. | 1 |
| 19. | Как запоминать слова и предметы с помощью ассоциативных связей.  | 1 |
|  | **Раздел. Пазлспорт.** | **8** |
| 20. | Введение.Значение развития креативно-логических способностей. | 1 |
| 21. | Стартовая диагностика логических возможностей. | 1 |
| 22. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 23. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 24. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 25. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 26. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 27. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 28. | Тренинг освоения разноуровневых головоломок. | 1 |
| 29. | Чемпионат по пазлспорту |  |
|  | **Раздел. Самопознание личностное и нравственное. Профориентация.**  | **6** |
| 30. | «Что такое ценности» | 1 |
| 31. | «Ценности и жизненный путь человека». | 1 |
| 32. | «Мои ценности». | 1 |
| 33. | Профориентационная игра «Город» | 1 |
| 34. | Итоговое занятие. | 1 |
|  | Итого: | **34** |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | Тема | Количество часов |
|  |  **Раздел. Эмоциональная сфера человека.** |  |
| **1** | Эмоциональный интеллект | 1 |
| **2** | Закон «прорыва плотины»  | 1 |
| **3** | Закон скрытности | 1 |
| **4** | Закон обратного эффекта | 1 |
| **5** | Передача чувств по наследству | 1 |
| **6** | Взаимосвязь разума и эмоций | 1 |
| **7** | Взаимосвязь разума и эмоций | 1 |
|  | **Раздел СИРС (12 часов)** | 1 |
| **8** | Основные признаки полноценного образа. Передача движения и информации. | 1 |
| **9** | Тренинг. | 1 |
| **10** | Тренинг. | 1 |
| **11** | Тренинг. | 1 |
| **12** | Итоговая диагностика скорости чтения и понимания текста. Диагностика зрительной памяти.  | 1 |
| **13** | Метод «Пиктограмм» при запоминании стихов.  | 1 |
| **14** | Как подготовиться к выступлению. Запоминание речей, статей.  | 1 |
| **15** | Альтернативные способы хранения данных.  | 1 |
| **16** | Стартовая диагностика особенностей понятийного мышления  | 1 |
| **17** | Понятийное мышление. | 1 |
| **18** | Выделение существенного. | 1 |
| **19** | Образование суждений.  | 1 |
|  | **Раздел пазлспорт (3часа)** | 1 |
| **20** | Тренинг. Головоломки. | 1 |
| **21** | Тренинг. Головоломки. | 1 |
| **22** | Тренинг. Головоломки. | 1 |
|  | **Раздел Социальное восприятие: как узнать другого человека (6часов)** | 1 |
| **23** | Как мы получаем информацию о человеке.  | 1 |
| **24** | Как мы получаем информацию о человеке. |  |
| **25** | Учимся понимать жесты и позы. | 1 |
| **26** | Учимся понимать жесты и позы |  |
| **27** |  Невербальные признаки обмана  | 1 |
| **28** | Что такое наблюдательная сензитивность.  | 1 |
|  | **Раздел. Межличностная привлекательность: любовь и дружба (5 часов)** | 1 |
| **29** | Привлекательность человека.  | 1 |
| **30** | Привлекательность человека |  |
| **31** | Взаимность или обоюдная привлекательность. | 1 |
| **32** |  Дружба. Четыре модели общения | 1 |
| **33** | Романтические отношения или влюблённость. | 1 |
| **34** | Итоговое занятие. | 1 |
|  | **Итого** | 34 |

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | Темы | Количество часов |
|  |  **Раздел.** **Я - концепция и ее ключевые компоненты (5 часов)** |  |
| **1.** | «Я-концепция». | 1 |
| **2.** | Самоуважение. | 1 |
| **3.** | Самоконтроль. | 1 |
| **4.** | Уверенность в себе. | 1 |
| **5.** |  Пол как ключевой аспект Я | 1 |
|  | **Раздел СИРС (11 часов)** |  |
| **6.** | Понимание переносного смысла.  | 1 |
| **7** | Логический аспект существенного понимания текста. | 1 |
| **8.** | Логический аспект понимания переносного смысла пословицы.  | 1 |
| **9.** | Промежуточная диагностика понятийного мышления  | 1 |
| **10** | Диагностика понятийного мышления – 2 уровень. | 1 |
| **11** | Логический аспект понимания переносного смысла не прямо отраженного в словесном виде.  | 1 |
| **12** | Выявление характера логических связей и отношений между понятиями.  | 1 |
| **13** | Способности к обобщению и абстрагированию, умение выделять существенные признаки. | 1 |
| **14** | Способности к классификации и сравнению.  | 1 |
| **15** | Логический аспект понятийного мышления, связанный с чувством юмора . | 1 |
| **16** | Итоговая диагностика понятийного мышления.  | 1 |
|  | **Эмоциональный мир человека (11 часов)** | 1 |
| **17** |  Психические состояния и их свойства. | 1 |
| **18** | Напряжение. | 1 |
| **19** | Приемы внешней регуляции состояния. | 1 |
| **20** |  Приемы внутренней регуляции состояния. | 1 |
| **21** | Приемы саморегуляции.  | 1 |
| **21** | Приемы саморегуляции.  | 1 |
| **22** | Настроение. | 1 |
| **23** | Настроение и активность человека.  | 1 |
| **24** |  Возрастной аспект состояний: состояния подростков. | 1 |
| **25** | Стресс. | 1 |
| **26** | Стресс и стрессоустойчивость. | 1 |
|  | **Профориентация (6 часов)** | 1 |
| **27** | Профориентация. Хочу и умею. | 1 |
| **28** | Профориентация. Хочу и умею. | 1 |
| **29** | Моя профессия. | 1 |
| **30** | Моя профессия | 1 |
| **31** | Время взрослеть. | 1 |
| **32** | Виртуальный мир: возможности и опасности.   | 1 |
| **33** | Виртуальный мир: возможности и опасности | 1 |
| **34** | Итоговое занятие | 1 |
|  | **Итого** | 34 |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | Темы | Количество часов |
|  | **1.Раздел «Что я знаю о своих возможностях» - 8ч.** | **1** |
| **1.** |  Самооценка и уровень притязаний .  | 1 |
| **2.** | Темперамент и профессия.  | 1 |
| **3.** | Чувства и эмоции.  | 1 |
| **4.** | Стресс и тревожность.  | 1 |
| **5.** | Определение типа мышления.  | 1 |
| **6.** | Внимание и память.  | 1 |
| **7** | Уровень внутренней свободы.  | 1 |
| **8.** | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»  | 1 |
|  | **Раздел 2 «Что я знаю о профессиях»** | 1 |
| **9.** | Классификации профессий.  | 1 |
| **10** | Определение типа будущей профессии.. | 1 |
| **11** | Профессия, специальность, должность.  | 1 |
| **12** | Интересы и склонности в выборе профессии.  | 1 |
| **13** | Определение профессионального типа личности.  | 1 |
| **14** | Профессионально важные качества личности.  | 1 |
| **15** | Профессия и здоровье.  | 1 |
| **16** | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»  | 1 |
|  | **Раздел 3 «Способности и профессиональная пригодность»- 8ч.** | 1 |
| **17** | Способности общие и специальные.  | 1 |
| **18** | Способности к интеллектуальным видам деятельности.  | 1 |
| **19** | Способности к профессиям социального типа.  | 1 |
| **20** | Способности к офисным видам деятельности.  | 1 |
| **21** | Способности к предпринимательской деятельности.  | 1 |
| **22** | Эстетические способности.  | 1 |
| **23** | Уровни профессиональной пригодности.  | 1 |
| **24** | Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность.  | 1 |
|  | **Раздел 4 «Планирование профессиональной карьеры»** | 1 |
| **25** | Мотивы и потребности. | 1 |
| **26** | Ошибки в выборе профессии.  | 1 |
| **27** | Современный рынок труда.  | 1 |
| **28** | Пути получения профессии.  | 1 |
| **29** | Навыки самопрезентации.  | 1 |
| **30** | Стратегия выбора профессии.  | 1 |
| **31** | Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»  | 1 |
| **32** | «Моя будущая профессия» | 1 |
| **33** | «Моя будущая профессия» | 1 |
| **34** | «Моя будущая профессия» | 1 |
|  | Итого | 34 |