

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Набережночелнинская школа №68 для детей
с ограниченными возможностями здоровья»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу «Психологический практикум»

5-9 классы

г. Набережные Челны

Планируемые результаты освоения курса «Психологический практикум»

1. Личностные результаты:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

1. Базовые учебные действия:

2.1. коммуникативные учебные действия: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

2.2. регулятивные учебные действия: принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

2.3. познавательные учебные действия: дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные,

доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

3. Предметные результаты освоение курса «Психологический практикум»

5 класса

Название раздела	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личностные особенности	Осознание себя, своего тела, своих чувств, умение высказаться среди одноклассников, понимание «что такое хорошо, и что такое плохо».	Осознание личностных качеств с точки зрения полезности, социальной значимости, желательности. Осознание подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм. Ознакомление подростков с архетипическим содержанием собственных имен. Осознание подростками ограничительного значения собственного имени и его различных форм. У подростков формируется новое видение, отход от привычек, стереотипов, блокирующих путь к новым представлениям о себе. Создаются условия для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи; развивается социальный интеллект и навыки внимательного отношения к другому человеку. Создаются условия для осознания подростками развивающих возможностей собственных недостатков; создание условия для развития позитивного самоотношения учащихся. Создание условий для осознания подростками собственных стереотипов «идеальной» внешности; создание условий для объективной оценки учащимися своей внешности; разрядка негативных чувств, связанных у подростков с переживанием своей

		внешности; поиск ресурсов самопринятия с помощью анализа ребятами своих достоинств.
Навыки жизни	Умение слушать и говорить свое мнение перед одноклассниками, развитие доброжелательности. Навыки здорового образа жизни.	Актуализация чувств, связанных с семейной ситуацией; анализ прав и обязанностей членов семьи; Обращение к опыту неуверенного поведения подростков, описание особенностей неуверенного поведения и его психологических причин; формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением; Определить, какие шаги можно предпринять для укрепления его личности на данный момент. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
Жизненные ценности	Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;	Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его составляющих. Обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи,

		<p>проявление сопереживания к чувствам других людей; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
Профорентация	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;</p> <p>сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям; Создание условий для осознания подростками собственных профессиональных планов</p>
Мудрые отношения	<p>сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p>	<p>Повысить уровень самосознания подростка, его восприятие себя на данный момент и представление о себе в будущем. Помочь каждому подростку осознать, насколько важно иметь четкое представление о себе и окружать себя людьми, которые бы поддерживали его и поощряли к дальнейшему</p>

		<p>развитию. Исследовать составляющие зрелости: физическую, умственную, эмоциональную, социальную. Помочь каждому подростку осознать понятие зрелости/незрелости относительно каждой составляющей. Рассмотреть ценности подростков и определить наиболее значимые. Определить, какие личностные качества и черты характера подростки считают наиболее важными и привлекательными в окружающих. Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений. Дать подросткам представление о том, что важно знать о своем избраннике и о самом себе. Помочь подросткам в приобретении практических навыков: как принимать решения в романтических отношениях. Привить подросткам навык оценки благополучия/неблагополучия взаимоотношений. Помочь им разобраться, как «выглядят» здоровые и нездоровые отношения в реальном мире. Помочь подросткам осознать,</p>
--	--	---

		<p>что неудовлетворенные потребности могут привести к неправильным решениям в отношениях. Способствовать тому, чтобы между подростками и родителями завязался диалог о здоровых, благополучных отношениях. Привить учащимся больше решительности в вопросах прекращения отношений. Подростки должны знать, когда пора решиться на разрыв, какими способами это можно сделать, и как жить дальше. Помочь подросткам разобраться и ясно осознать проблему, если в их отношениях есть место насилию или налицо ранние признаки подобных отношений. Научить подростков устанавливать границы и применять а практике данные навыки при первых признаках неуважительного отношения со стороны партнера. По возможности обезопасить взаимоотношения подростков и научить их оказывать помощь друзьям.</p> <p>Помочь подросткам оценить модели общения в той атмосфере, где они воспитывались. Помочь им разобраться, почему общение затруднено. Если человек пребывает в гневном и возбужденном состоянии. Привить подросткам навык «тайм-аут». Научить подростков в реальной жизни применять технику «Говорящий/слушающий». Помочь усвоить простую модель решения проблем. Помочь подросткам осознать необходимость заботиться о собственных отношениях и регулярно</p>
--	--	---

6 класса

Название раздела	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личностные особенности	Осознание себя, своего тела, своих чувств, умение высказаться среди одноклассников, понимание «что такое хорошо, и что такое плохо».	Осознание личностных качеств с точки зрения полезности, социальной значимости, желательности. Осознание подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм. Ознакомление подростков с архетипическим содержанием собственных имен. Осознание подростками ограничительного значения собственного имени и его различных форм. У подростков формируется новое видение, отход от привычек, стереотипов, блокирующих путь к новым представлениям о себе. Создаются условия для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи; развивается социальный интеллект и навыки внимательного отношения к другому человеку. Создаются условия для осознания подростками развивающих возможностей собственных недостатков; создание условия для развития позитивного самоотношения учащихся. Создание условий для осознания подростками

		<p>собственных стереотипов «идеальной» внешности; создание условий для объективной оценки учащимися своей внешности; разрядка негативных чувств, связанных у подростков с переживанием своей внешности; поиск ресурсов самопринятия с помощью анализа ребятами своих достоинств.</p>
Навыки жизни	<p>Умение слушать и говорить свое мнение перед одноклассниками, развитие доброжелательности. Навыки здорового образа жизни.</p>	<p>Актуализация чувств, связанных с семейной ситуацией; анализ прав и обязанностей членов семьи; Обращение к опыту неуверенного поведения подростков, описание особенностей неуверенного поведения и его психологических причин; формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением; Определить, какие шаги можно предпринять для укрепления его личности на данный момент. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p>
Жизненные ценности	<p>Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие</p>	<p>Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его составляющих.</p>

	<p>соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p>	<p>Обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей; сформированно сть установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
<p>Профорентация</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; спо собность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; принятие и освоение социальной роли</p>

		<p>обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
<p>Мудрые отношения</p>	<p>сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p>	<p>Повысить уровень самосознания подростка, его восприятие себя на данный момент и представление о себе в будущем. Помочь каждому подростку осознать, насколько важно иметь четкое представление о себе и окружать себя людьми, которые бы поддерживали его и поощряли к дальнейшему развитию. Исследовать составляющие зрелости: физическую, умственную, эмоциональную, социальную. Помочь каждому подростку осознать понятие зрелости/незрелости относительно каждой составляющей.</p> <p>Рассмотреть ценности подростков и определить наиболее значимые. Определить, какие личностные качества и черты характера подростки считают наиболее важными и привлекательными в окружающих. Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть</p>

		<p>«мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений. Дать подросткам представление о том, что важно знать о своем избраннике и о самом себе. Помочь подросткам в приобретении практических навыков: как принимать решения в романтических отношениях.</p> <p>Привить подросткам навык оценки благополучия/неблагополучия взаимоотношений. Помочь им разобраться, как «выглядят» здоровые и нездоровые отношения в реальном мире.</p> <p>Помочь подросткам осознать, что неудовлетворенные потребности могут привести к неправильным решениям в отношениях. Способствовать тому, чтобы между подростками и родителями завязался диалог о здоровых, благополучных отношениях.</p> <p>Привить учащимся больше решительности в вопросах прекращения отношений. Подростки должны знать, когда пора</p>
--	--	---

		<p>решиться на разрыв, какими способами это можно сделать, и как жить дальше. Помочь подросткам разобраться и ясно осознать проблему, если в их отношениях есть место насилию или налицо ранние признаки подобных отношений. Научить подростков устанавливать границы и применять, а практике данные навыки при первых признаках неуважительного отношения со стороны партнера. По возможности обезопасить взаимоотношения подростков и научить их оказывать помощь друзьям.</p> <p>Помочь подросткам оценить модели общения в той атмосфере, где они воспитывались. Помочь им разобраться, почему общение затруднено. Если человек пребывает в гневном и возбужденном состоянии. Привить подросткам навык «тайм-аут». Научить подростков в реальной жизни применять технику «Говорящий/слушающий». Помочь усвоить простую модель решения проблем. Помочь подросткам осознать необходимость заботиться о собственных отношениях и регулярно подпитывать их.</p>
--	--	---

7 класса

Название раздела	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личностные особенности	Осознание себя, своего тела, своих чувств, умение высказаться среди одноклассников, понимание «что такое хорошо, и что такое плохо».	<p>Осознание личностных качеств с точки зрения полезности, социальной значимости, желательности.</p> <p>Осознание подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм.</p> <p>Ознакомление подростков с архетипическим содержанием собственных имен.</p> <p>Осознание подростками ограничительного значения собственного имени и его различных форм. У подростков формируется новое видение, отход от привычек, стереотипов, блокирующих путь к новым представлениям о себе. Создаются условия для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи; развивается социальный интеллект и навыки внимательного отношения к другому человеку. Создаются условия для осознания подростками развивающих возможностей собственных недостатков; создание условия для развития позитивного самоотношения учащихся. Создание условий для осознания подростками собственных стереотипов</p>

		«идеальной» внешности; создание условий для объективной оценки учащимися своей внешности; разрядка негативных чувств, связанных у подростков с переживанием своей внешности; поиск ресурсов самопринятия с помощью анализа ребятами своих достоинств.
Навыки жизни	Умение слушать и говорить свое мнение перед одноклассниками, развитие доброжелательности. Навыки здорового образа жизни.	Актуализация чувств, связанных с семейной ситуацией; анализ прав и обязанностей членов семьи; Обращение к опыту неуверенного поведения подростков, описание особенностей неуверенного поведения и его психологических причин; формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением; Определить, какие шаги можно предпринять для укрепления его личности на данный момент. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; критическое отношение к табакокурению, алкоголю, ПАВ.
Жизненные ценности	Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем,	Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его и его

	<p>принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p>	<p>составляющих. Обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
<p>Профориентация</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; принятие и освоение</p>

		<p>социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
<p>Мудрые отношения</p>	<p>сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p>	<p>Повысить уровень самосознания подростка, его восприятие себя на данный момент и представление о себе в будущем. Помочь каждому подростку осознать, насколько важно иметь четкое представление о себе и окружать себя людьми, которые бы поддерживали его и поощряли к дальнейшему развитию. Исследовать составляющие зрелости: физическую, умственную, эмоциональную, социальную. Помочь каждому подростку осознать понятие зрелости/незрелости относительно каждой составляющей. Рассмотреть ценности подростков и определить наиболее значимые. Определить, какие личностные качества и черты характера подростки считают наиболее важными и привлекательными в окружающих. Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши</p>

		<p>решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений. Дать подросткам представление о том, что важно знать о своем избраннике и о самом себе. Помочь подросткам в приобретении практических навыков: как принимать решения в романтических отношениях.</p> <p>Привить подросткам навык оценки благополучия/неблагополучия взаимоотношений. Помочь им разобраться, как «выглядят» здоровые и нездоровые отношения в реальном мире.</p> <p>Помочь подросткам осознать, что неудовлетворенные потребности могут привести к неправильным решениям в отношениях. Способствовать тому, чтобы между подростками и родителями завязался диалог о здоровых, благополучных отношениях.</p> <p>Привить учащимся больше решительности в вопросах прекращения отношений. Подростки</p>
--	--	---

		<p>должны знать, когда пора решиться на разрыв, какими способами это можно сделать, и как жить дальше. Помочь подросткам разобраться и ясно осознать проблему, если в их отношениях есть место насилию или налицо ранние признаки подобных отношений. Научить подростков устанавливать границы и применять, а практике данные навыки при первых признаках неуважительного отношения со стороны партнера. По возможности обезопасить взаимоотношения подростков и научить их оказывать помощь друзьям.</p> <p>Помочь подросткам оценить модели общения в той атмосфере, где они воспитывались. Помочь им разобраться, почему общение затруднено. Если человек пребывает в гневном и возбужденном состоянии. Привить подросткам навык «тайм-аут». Научить подростков в реальной жизни применять технику «Говорящий/слушающий». Помочь усвоить простую модель решения проблем. Помочь подросткам осознать необходимость заботиться о собственных отношениях и регулярно подпитывать их.</p>
--	--	--

Название раздела	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личностные особенности	Осознание себя, своего тела, своих чувств, умение высказаться среди одноклассников, понимание «что такое хорошо, и что такое плохо».	Осознание личностных качеств с точки зрения полезности, социальной значимости, желательности. Осознание подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм. Ознакомление подростков с архетипическим содержанием собственных имен. Осознание подростками ограничительного значения собственного имени и его различных форм. У подростков формируется новое видение, отход от привычек, стереотипов, блокирующих путь к новым представлениям о себе. Создаются условия для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи; развивается социальный интеллект и навыки внимательного отношения к другому человеку. Создаются условия для осознания подростками развивающих возможностей собственных недостатков; создание условия для развития позитивного самоотношения учащихся. Создание условий для осознания подростками собственных стереотипов «идеальной» внешности; создание условий для объективной оценки учащимися своей внешности; разрядка негативных чувств, связанных у подростков с переживанием своей внешности; поиск ресурсов самопринятия с помощью анализа ребятами своих достоинств.
Навыки жизни	Умение слушать и говорить свое мнение перед одноклассниками, развитие доброжелательности. Навыки здорового образа жизни.	Актуализация чувств, связанных с семейной ситуацией; анализ прав и обязанностей членов семьи; Обращение к опыту неуверенного поведения подростков, описание

		<p>особенностей неуверенного поведения и его психологических причин; формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением; Определить, какие шаги можно предпринять для укрепления его личности на данный момент. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p>
Жизненные ценности	<p>Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p>	<p>Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его составляющих. Обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
Профорияентация	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; принятие и</p>

		<p>освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
<p>Мудрые отношения</p>	<p>сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p>	<p>Повысить уровень самосознания подростка, его восприятие себя на данный момент и представление о себе в будущем. Помочь каждому подростку осознать, насколько важно иметь четкое представление о себе и окружать себя людьми, которые бы поддерживали его и поощряли к дальнейшему развитию. Исследовать составляющие зрелости: физическую, умственную, эмоциональную, социальную. Помочь каждому подростку осознать понятие зрелости/незрелости относительно каждой составляющей. Рассмотреть ценности подростков и определить наиболее значимые. Определить, какие личностные качества и черты характера подростки считают наиболее важными и привлекательными в окружающих. Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений. Дать подросткам представление о том, что важно знать о своем избраннике и о самом</p>

		<p>себе. Помочь подросткам в приобретении практических навыков: как принимать решения в романтических отношениях.</p> <p>Привить подросткам навык оценки благополучия/неблагополучия взаимоотношений. Помочь им разобраться, как «выглядят» здоровые и нездоровые отношения в реальном мире.</p> <p>Помочь подросткам осознать, что неудовлетворенные потребности могут привести к неправильным решениям в отношениях. Способствовать тому, чтобы между подростками и родителями завязался диалог о здоровых, благополучных отношениях.</p> <p>Привить учащимся больше решительности в вопросах прекращения отношений. Подростки должны знать, когда пора решиться на разрыв, какими способами это можно сделать, и как жить дальше. Помочь подросткам разобраться и ясно осознать проблему, если в их отношениях есть место насилию или налицо ранние признаки подобных отношений. Научить подростков устанавливать границы и применять, а практике данные навыки при первых признаках неуважительного отношения со стороны партнера. По возможности обезопасить взаимоотношения подростков и научить их оказывать помощь друзьям.</p> <p>Помочь подросткам оценить модели общения в той атмосфере, где они воспитывались. Помочь им разобраться, почему общение затруднено. Если человек пребывает в гневном и возбужденном состоянии.</p> <p>Привить подросткам навык «тайм-аут». Научить подростков в реальной жизни применять технику «Говорящий/слушающий».</p> <p>Помочь усвоить простую модель</p>
--	--	--

		решения проблем. Помочь подросткам осознать необходимость заботиться о собственных отношениях и регулярно подпитывать их.
--	--	---

9 класса

Название раздела	Минимальный уровень	Достаточный уровень
Личностные особенности	Осознание себя, своего тела, своих чувств, умение высказаться среди одноклассников, понимание «что такое хорошо, и что такое плохо».	Осознание личностных качеств с точки зрения полезности, социальной значимости, желательности. Осознание подростками ресурсного значения собственного имени и его различных форм. Ознакомление подростков с архетипическим содержанием собственных имен. Осознание подростками ограничительного значения собственного имени и его различных форм. У подростков формируется новое видение, отход от привычек, стереотипов, блокирующих путь к новым представлениям о себе. Создаются условия для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи; развивается социальный интеллект и навыки внимательного отношения к другому человеку. Создаются условия для осознания подростками развивающих возможностей собственных недостатков; создание условия для развития позитивного самоотношения учащихся. Создание условий для осознания подростками собственных стереотипов «идеальной» внешности; создание условий для объективной оценки учащимися своей внешности; разрядка негативных чувств, связанных у подростков с переживанием своей внешности; поиск ресурсов самопринятия с помощью анализа ребятами своих достоинств.
Навыки	Умение слушать и	Актуализация чувств, связанных

жизни	<p>говорить свое мнение перед одноклассниками, развитие доброжелательности. Навыки здорового образа жизни.</p>	<p>с семейной ситуацией; анализ прав и обязанностей членов семьи; Обращение к опыту неуверенного поведения подростков, описание особенностей неуверенного поведения и его психологических причин; формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением; Определить, какие шаги можно предпринять для укрепления его личности на данный момент. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p>
Жизненные ценности	<p>Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;</p>	<p>Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его составляющих. Обращения подростков к собственной ценностно-смысловой сфере. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
Профорияентация	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;</p>	<p>сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; способность к осмыслению социального</p>

		<p>окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности; сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;</p>
<p>Мудрые отношения</p>	<p>сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p>	<p>Повысить уровень самосознания подростка, его восприятие себя на данный момент и представление о себе в будущем. Помочь каждому подростку осознать, насколько важно иметь четкое представление о себе и окружать себя людьми, которые бы поддерживали его и поощряли к дальнейшему развитию. Исследовать составляющие зрелости: физическую, умственную, эмоциональную, социальную. Помочь каждому подростку осознать понятие зрелости/незрелости относительно каждой составляющей. Рассмотреть ценности подростков и определить наиболее значимые. Определить, какие личностные качества и черты характера подростки считают наиболее важными и привлекательными в окружающих. Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом</p>

		<p>принятия решений в построении отношений. Дать подросткам представление о том, что важно знать о своем избраннике и о самом себе. Помочь подросткам в приобретении практических навыков: как принимать решения в романтических отношениях.</p> <p>Привить подросткам навык оценки благополучия/неблагополучия взаимоотношений. Помочь им разобраться, как «выглядят» здоровые и нездоровые отношения в реальном мире.</p> <p>Помочь подросткам осознать, что неудовлетворенные потребности могут привести к неправильным решениям в отношениях. Способствовать тому, чтобы между подростками и родителями завязался диалог о здоровых, благополучных отношениях.</p> <p>Привить учащимся больше решительности в вопросах прекращения отношений. Подростки должны знать, когда пора решиться на разрыв, какими способами это можно сделать, и как жить дальше. Помочь подросткам разобраться и ясно осознать проблему, если в их отношениях есть место насилию или налицо ранние признаки подобных отношений. Научить подростков устанавливать границы и применять, а практике данные навыки при первых признаках неуважительного отношения со стороны партнера. По возможности обезопасить взаимоотношения подростков и научить их оказывать помощь друзьям.</p> <p>Помочь подросткам оценить модели общения в той атмосфере, где они воспитывались. Помочь им разобраться, почему общение затруднено. Если человек пребывает в гневном и возбужденном состоянии. Привить подросткам навык «тайм-аут». Научить подростков</p>
--	--	---

		<p>в реальной жизни применять технику «Говорящий/слушающий».</p> <p>Помочь усвоить простую модель решения проблем. Помочь подросткам осознать необходимость заботиться о собственных отношениях и регулярно подпитывать их.</p>
--	--	---

Содержание учебного предмета «Психологический практикум»

5 класс

Название раздела	Содержание раздела
Личностные особенности	Осознание своего тела, своей личности. Осознание себя в социальных отношениях.
Навыки жизни	Овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием; мудрами; гимнастикой, основанной на первичных рефлексах для повышения иммунитета и развития грудного отдела; упражнениями, способствующими улучшению навыков организации, навыков письма, чтения, математических способностей, коммуникативных навыков. Понимание своих эмоций. Распознавание у других людей.
Жизненные ценности	Формирование ценностно-смысловой сферы, жизни как ценности. Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его и его составляющих. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
Профорентация	Особенности выбора профессии
Мудрые отношения	Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные,

	«скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений.
--	---

6 класс

Название раздела	Содержание раздела
Личностные особенности	Осознание своего тела, своей личности, овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием, мудрами.
Навыки жизни	Овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием; мудрами; гимнастикой, основанной на первичных рефлексах для повышения иммунитета и развития грудного отдела; упражнениями, способствующими улучшению навыков организации, навыков письма, чтения, математических способностей, коммуникативных навыков.
Жизненные ценности	Формирование ценностно-смысловой сферы, жизни как ценности. Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его и его составляющих. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
Профорентация	Особенности выбора профессии
Мудрые отношения	Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений.

7 класс

Название раздела	Содержание раздела
Личностные особенности	Осознание своего тела, своей личности, овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием, мудрами.

Навыки жизни	Овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием; мудрами; гимнастикой, основанной на первичных рефлексах для повышения иммунитета и развития грудного отдела; упражнениями, способствующими улучшению навыков организации, навыков письма, чтения, математических способностей, коммуникативных навыков.
Жизненные ценности	Формирование ценностно-смысловой сферы, жизни как ценности. Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его составляющих. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
Профориентация	Особенности выбора профессии
Мудрые отношения	Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений.

8 класс

Название раздела	Содержание раздела
Личностные особенности	Осознание своего тела, своей личности, овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием, мудрами.
Навыки жизни	Овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием; мудрами; гимнастикой, основанной на первичных рефлексах для повышения иммунитета и развития грудного отдела; упражнениями, способствующими улучшению навыков организации, навыков письма, чтения, математических способностей, коммуникативных навыков.
Жизненные ценности	Формирование ценностно-смысловой сферы,

	жизни как ценности. Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его и его составляющих. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
Профорентация	Особенности выбора профессии
Мудрые отношения	Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений.

9 класс

Название раздела	Содержание раздела
Личностные особенности	Осознание своего тела, своей личности, овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием, мудрами.
Навыки жизни	Овладение навыками саморегуляции: диафрагмальным дыханием; мудрами; гимнастикой, основанной на первичных рефлексах для повышения иммунитета и развития грудного отдела; упражнениями, способствующими улучшению навыков организации, навыков письма, чтения, математических способностей, коммуникативных навыков.
Жизненные ценности	Формирование ценностно-смысловой сферы, жизни как ценности. Формулирование представлений о здоровом образе жизни и его и его составляющих. Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств; развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и

	взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
Профориентация	Особенности выбора профессии
Мудрые отношения	Помочь каждому подростку понять и признать, что отношения, модели поведения и наши решения могут быть «мудрыми» и «не мудрыми». Предложить конкретные шаги для развития «мудрых отношений». Установить важность совместимости людей для развития отношений и предложить список вопросов к размышлению. Помочь подросткам осознать, что они рискуют, вступая в ненадежные, «скользкие» отношения. Ознакомить их с принципом принятия решений в построении отношений.

Тематическое планирование курса «Психологический практикум»

Тематическое планирование по «Психологическому практикуму» для 5-9 классов составлено с учетом программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих **целевых приоритетов** обучающихся:

- формирование способности формулировать собственные нравственные обязательства, давать элементарную нравственную оценку своим и чужим поступкам;
- формирование критичности к собственным намерениям, мыслям и поступкам;
- формирование способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты.
- пробуждение чувства патриотизма и веры в Россию и свой народ;
- формирование ценностного отношения к своему национальному языку и культуре;
- формирование чувства личной ответственности за свои дела и поступки;
- проявление интереса к общественным явлениям и событиям;
- формирование представления о семейных ценностях, гендерных семейных ролях и уважения к ним;
- активное участие в сохранении и укреплении положительных семейных традиций;
- стремление недопущения совершения плохих поступков, умение признаться в проступке и проанализировать его;
- представления о правилах этики, культуре речи;
- представления о возможном негативном влиянии на морально-психологическое состояние человека компьютерных игр, кино, телевизионных передач, рекламы;
- отрицательное отношение к аморальным поступкам, грубости, оскорбительным словам и действиям, в том числе в содержании художественных фильмов и телевизионных передач;
- элементарные представления об основных профессиях;
- уважение к труду и творчеству старших и младших товарищей, сверстников;
- проявление дисциплинированности, последовательности и настойчивости в выполнении учебных и учебно-трудовых заданий;
- бережное отношение к результатам своего труда, труда других людей, к школьному имуществу, учебникам, личным вещам;
- отрицательное отношение к лени и небрежности в труде и учёбе, небрежливому отношению к результатам труда людей;

5 класс

Название раздела, темы	Общее количество часов	Контрольные /практические работы
1. Личностные особенности	22	
1.1. Кто я и куда иду?	1	
1.2. Мои системы поддержки	1	
1.3. Я и мои помощники	1	
1.4. Мое тело	1	
1.5. Принятие своего тела	1	
1.6. Татуировки, пирсинги - хорошо или плохо?	1	
1.7. Наедине с собой	1	
1.8. Что я знаю о себе	1	
1.9. Мое имя	1	
1.10. Мои имена	1	
1.11. Урок фантазии	1	
1.12. Я глазами других	1	
1.13. Как меня видят другие	1	

1.14.Мое достоинство	1	
1.15.Как превратить недостатки в достоинства?	1	
1.16.Узнай себя	1	
1.17.Психологические особенности поведения на дорогах	1	
1.18. Отчего гибнут дети на дорогах	1	
1.19. Планирование времени	1	
1.20. Время взрослеть	1	
1.21.Как я выгляжу?	1	
1.22. Самооценка	1	
2. Навыки жизни	27	
2.1. Стресс	1	
2.2. Дыхание	1	
2.3. Контакт с телом	1	
2.4. Взаимодействие с телом	1	
2.5. Расслабление тела	1	
2.6. Развитие невербальной коммуникации	1	
2.7. Язык жестов	1	
2.8. Эмоции	1	
2.9. Положительные эмоции	1	
2.10. Отрицательные эмоции	1	
2.11. Обида	1	
2.12. Одиночество	1	
2.13. Агрессия, злость	1	
2.14. Страх	1	
2.15. Вина	1	
2.16. Проигрывание эмоций	1	
2.17. Мудры	1	
2.18. Психологическая игра «Лепешка»	1	
2.19. Психологическая игра «Портрет в полный рост»	1	
2.20. Юмор и влияния смеха на здоровье	1	
2.21. Алкоголь, вся правда о тебе	1	
2.22. Как распознать манипуляцию	1	
2.23. Как противостоять манипуляции?	1	
2.24. Зачем нужны законы?	1	
2.25. Толпа	1	
2.26. Реклама	1	
2.27. Мои социальные роли	1	
3. Жизненные ценности	2	
3.1. Смысл жизни	1	
3.2. Ник Вучич. Я-живой!	1	
4. Профориентация	2	
4.1. Моя будущая профессия	1	
4.2. Выбор профессии	1	
5. Мудрые отношения	14	1
5.1.Страсть	1	
5.2.Любовь	1	
5.3.Каковы эти отношения?	1	
5.4.Принципы мудрых отношений	1	

5.5.Определите принципы	1	
5.6.Снижение риска в построении отношений: решай, не съезжай!	1	
5.7.Какие это отношения?	1	
5.8.Внимание: опасность!	1	
5.9.Как узнать друг друга	1	
5.10.Здоровые ли это отношения	1	
5.11.Проигрывание ситуаций	1	
5.12.Обращение с просьбой	1	
5.13.Вежливый отказ	1	
5.14.Навыки неагрессивного настаивания на своем	1	
5.15. Годовая контрольная работа		1
ИТОГО	67	1

6 класс

Название раздела, темы	Общее количество часов	Контрольные /практические работы
1. Личностные особенности	22	
1.1.Кто я и куда иду?	1	
1.2.Мои системы поддержки	1	
1.3.Я и мои помощники	1	
1.4. Мое тело	1	
1.5. Принятие своего тела	1	
1.6.Татуировки, пирсинги -хорошо или плохо?	1	
1.7.Наедине с собой	1	
1.8. Что я знаю о себе	1	
1.9. Мое имя	1	
1.10. Мои имена	1	
1.11. Урок фантазии	1	
1.12.Я глазами других	1	
1.13.Как меня видят другие	1	
1.14.Мое достоинство	1	
1.15.Как превратить недостатки в достоинства?	1	
1.16.Узнай себя	1	
1.17.Психологические особенности поведения на дорогах	1	
1.18. Отчего гибнут дети на дорогах	1	
1.19. Планирование времени	1	
1.20. Время взрослеть	1	
1.21.Как я выгляжу?	1	
1.22. Самооценка	1	
2. Навыки жизни	27	
2.1. Стресс	1	
2.2. Дыхание	1	
2.3. Контакт с телом	1	
2.4. Взаимодействие с телом	1	
2.5. Расслабление тела	1	

2.6. Развитие невербальной коммуникации	1	
2.7. Язык жестов	1	
2.8. Эмоции	1	
2.9. Положительные эмоции	1	
2.10. Отрицательные эмоции	1	
2.11. Обида	1	
2.12. Одиночество	1	
2.13. Агрессия, злость	1	
2.14. Страх	1	
2.15. Вина	1	
2.16. Проигрывание эмоций	1	
2.17. Мудры	1	
2.18. Психологическая игра «Лепешка»	1	
2.19. Психологическая игра «Портрет в полный рост»	1	
2.20. Юмор и влияния смеха на здоровье	1	
2.21. Алкоголь, вся правда о тебе	1	
2.22. Как распознать манипуляцию	1	
2.23. Как противостоять манипуляции?	1	
2.24. Зачем нужны законы?	1	
2.25. Толпа	1	
2.26. Реклама	1	
2.27. Мои социальные роли	1	
3. Жизненные ценности	2	
3.1. Смысл жизни	1	
3.2. Ник Вучич. Я-живой!	1	
4. Профорентация	2	
4.1. Моя будущая профессия	1	
4.2. Выбор профессии	1	
5. Мудрые отношения	14	1
5.1. Страсть	1	
5.2. Любовь	1	
5.3. Каковы эти отношения?	1	
5.4. Принципы мудрых отношений	1	
5.5. Определите принципы	1	
5.6. Снижение риска в построении отношений: решай, не съезжай!	1	
5.7. Какие это отношения?	1	
5.8. Внимание: опасность!	1	
5.9. Как узнать друг друга	1	
5.10. Здоровые ли это отношения	1	
5.11. Проигрывание ситуаций	1	
5.12. Обращение с просьбой	1	
5.13. Вежливый отказ	1	
5.14. Навыки неагрессивного настаивания на своем	1	
5.15. Годовая контрольная работа		1

ИТОГО	67	1
-------	----	---

7 класс

Название раздела, темы	Общее количество часов	Контрольные /практические работы
1. Личностные особенности	22	
1.1. Кто я и куда иду?	1	
1.2. Мои системы поддержки	1	
1.3. Я и мои помощники	1	
1.4. Мое тело	1	
1.5. Принятие своего тела	1	
1.6. Татуировки, пирсинги -хорошо или плохо?	1	
1.7. Наедине с собой	1	
1.8. Что я знаю о себе	1	
1.9. Мое имя	1	
1.10. Мои имена	1	
1.11. Урок фантазии	1	
1.12. Я глазами других	1	
1.13. Как меня видят другие	1	
1.14. Мое достоинство	1	
1.15. Как превратить недостатки в достоинства?	1	
1.16. Узнай себя	1	
1.17. Психологические особенности поведения на дорогах	1	
1.18. Отчего гибнут дети на дорогах	1	
1.19. Планирование времени	1	
1.20. Время взрослеть	1	
1.21. Как я выгляжу?	1	
1.22. Самооценка	1	
2. Навыки жизни	27	
2.1. Стресс	1	
2.2. Дыхание	1	
2.3. Контакт с телом	1	
2.4. Взаимодействие с телом	1	
2.5. Расслабление тела	1	
2.6. Развитие невербальной коммуникации	1	
2.7. Язык жестов	1	
2.8. Эмоции	1	
2.9. Положительные эмоции	1	
2.10. Отрицательные эмоции	1	
2.11. Обида	1	
2.12. Одиночество	1	
2.13. Агрессия, злость	1	
2.14. Страх	1	
2.15. Вина	1	
2.16. Проигрывание эмоций	1	
2.17. Мудры	1	

2.18. Психологическая игра «Лепешка»	1	
2.19. Психологическая игра «Портрет в полный рост»	1	
2.20. Юмор и влияния смеха на здоровье	1	
2.21. Алкоголь, вся правда о тебе	1	
2.22. Как распознать манипуляцию	1	
2.23. Как противостоять манипуляции?	1	
2.24. Зачем нужны законы?	1	
2.25. Толпа	1	
2.26. Реклама	1	
2.27. Мои социальные роли	1	
3. Жизненные ценности	2	
3.1. Смысл жизни	1	
3.2. Ник Вучич. Я-живой!	1	
4. Профорентация	2	
4.1. Моя будущая профессия	1	
4.2. Выбор профессии	1	
5. Мудрые отношения	14	1
5.1. Страсть	1	
5.2. Любовь	1	
5.3. Каковы эти отношения?	1	
5.4. Принципы мудрых отношений	1	
5.5. Определите принципы	1	
5.6. Снижение риска в построении отношений: решай, не съезжай!	1	
5.7. Какие это отношения?	1	
5.8. Внимание: опасность!	1	
5.9. Как узнать друг друга	1	
5.10. Здоровые ли это отношения	1	
5.11. Проигрывание ситуаций	1	
5.12. Обращение с просьбой	1	
5.13. Вежливый отказ	1	
5.14. Навыки неагрессивного настаивания на своем	1	
5.15. Годовая контрольная работа		1
ИТОГО	67	1

8 класс

Название раздела, темы	Общее количество часов	Контрольные /практические работы
1. Личностные особенности	22	
1.1. Кто я и куда иду?	1	
1.2. Мои системы поддержки	1	
1.3. Я и мои помощники	1	
1.4. Мое тело	1	
1.5. Принятие своего тела	1	
1.6. Татуировки, пирсинги -хорошо или плохо?	1	

1.7.Наедине с собой	1	
1.8. Что я знаю о себе	1	
1.9. Мое имя	1	
1.10. Мои имена	1	
1.11. Урок фантазии	1	
1.12.Я глазами других	1	
1.13.Как меня видят другие	1	
1.14.Мое достоинство	1	
1.15.Как превратить недостатки в достоинства?	1	
1.16.Узнай себя	1	
1.17.Психологические особенности поведения на дорогах	1	
1.18. Отчего гибнут дети на дорогах	1	
1.19. Планирование времени	1	
1.20. Время взрослеть	1	
1.21.Как я выгляжу?	1	
1.22. Самооценка	1	
2. Навыки жизни	27	
2.1. Стресс	1	
2.2. Дыхание	1	
2.3. Контакт с телом	1	
2.4. Взаимодействие с телом	1	
2.5. Расслабление тела	1	
2.6. Развитие невербальной коммуникации	1	
2.7. Язык жестов	1	
2.8. Эмоции	1	
2.9. Положительные эмоции	1	
2.10. Отрицательные эмоции	1	
2.11. Обида	1	
2.12. Одиночество	1	
2.13. Агрессия, злость	1	
2.14. Страх	1	
2.15. Вина	1	
2.16. Проигрывание эмоций	1	
2.17. Мудры	1	
2.18. Психологическая игра «Лепешка»	1	
2.19. Психологическая игра «Портрет в полный рост»	1	
2.20. Юмор и влияния смеха на здоровье	1	
2.21. Алкоголь, вся правда о тебе	1	
2.22. Как распознать манипуляцию	1	
2.23. Как противостоять манипуляции?	1	
2.24. Зачем нужны законы?	1	
2.25. Толпа	1	
2.26. Реклама	1	

2.27. Мои социальные роли	1	
2. Навыки жизни	27	
2.1. Стресс	1	
2.2. Дыхание	1	
2.3. Контакт с телом	1	
2.4. Взаимодействие с телом	1	
2.5. Расслабление тела	1	
2.6. Развитие невербальной коммуникации	1	
2.7. Язык жестов	1	
2.8. Эмоции	1	
2.9. Положительные эмоции	1	
2.10. Отрицательные эмоции	1	
2.11. Обида	1	
2.12. Одиночество	1	
2.13. Агрессия, злость	1	
2.14. Страх	1	
2.15. Вина	1	
2.16. Проигрывание эмоций	1	
2.17. Мудры	1	
2.18. Психологическая игра «Лепешка»	1	
2.19. Психологическая игра «Портрет в полный рост»	1	
2.20. Юмор и влияния смеха на здоровье	1	
2.21. Алкоголь, вся правда о тебе	1	
2.22. Как распознать манипуляцию	1	
2.23. Как противостоять манипуляции?	1	
2.24. Зачем нужны законы?	1	
2.25. Толпа	1	
2.26. Реклама	1	
2.27. Мои социальные роли	1	
3. Жизненные ценности	2	
3.1. Смысл жизни	1	
3.2. Ник Вучич. Я-живой!	1	
4. Профориентация	2	
4.1. Моя будущая профессия	1	
4.2. Выбор профессии	1	
5. Мудрые отношения	14	
5.1. Страсть	1	
5.2. Любовь	1	
5.3. Каковы эти отношения?	1	
5.4. Принципы мудрых отношений	1	
5.5. Определите принципы	1	
5.6. Снижение риска в построении отношений: решай, не съезжай!	1	
5.7. Какие это отношения?	1	
5.8. Внимание: опасность!	1	
5.9. Как узнать друг друга	1	

5.10.Здоровые ли это отношения	1	
5.11.Проигрывание ситуаций	1	
5.12.Обращение с просьбой	1	
5.13.Вежливый отказ	1	
5.14.Навыки неагрессивного настаивания на своем	1	
5.15. Годовая контрольная работа		1
Итого:	67	1

9 класс

Название раздела, темы	Общее количество часов	Контрольные /практические работы
1. Личностные особенности	22	
1.1.Кто я и куда иду?	1	
1.2.Мои системы поддержки	1	
1.3.Я и мои помощники	1	
1.4. Мое тело	1	
1.5. Принятие своего тела	1	
1.6.Татуировки, пирсинги -хорошо или плохо?	1	
1.7.Наедине с собой	1	
1.8. Что я знаю о себе	1	
1.9. Мое имя	1	
1.10. Мои имена	1	
1.11. Урок фантазии	1	
1.12.Я глазами других	1	
1.13.Как меня видят другие	1	
1.14.Мое достоинство	1	
1.15.Как превратить недостатки в достоинства?	1	
1.16.Узнай себя	1	
1.17.Психологические особенности поведения на дорогах	1	
1.18. Отчего гибнут дети на дорогах	1	
1.19. Планирование времени	1	
1.20. Время взрослеть	1	
1.21.Как я выгляжу?	1	
1.22. Самооценка	1	
2. Навыки жизни	27	
2.1. Стресс	1	
2.2. Дыхание	1	
2.3. Контакт с телом	1	
2.4. Взаимодействие с телом	1	
2.5. Расслабление тела	1	
2.6. Развитие невербальной коммуникации	1	
2.7. Язык жестов	1	
2.8. Эмоции	1	
2.9. Положительные эмоции	1	
2.10. Отрицательные эмоции	1	

2.11. Обида	1	
2.12. Одиночество	1	
2.13. Агрессия, злость	1	
2.14. Страх	1	
2.15. Вина	1	
2.16. Проигрывание эмоций	1	
2.17. Мудры	1	
2.18. Психологическая игра «Лепешка»	1	
2.19. Психологическая игра «Портрет в полный рост»	1	
2.20. Юмор и влияния смеха на здоровье	1	
2.21. Алкоголь, вся правда о тебе	1	
2.22. Как распознать манипуляцию	1	
2.23. Как противостоять манипуляции?	1	
2.24. Зачем нужны законы?	1	
2.25. Толпа	1	
2.26. Реклама	1	
2.27. Мои социальные роли	1	
3. Жизненные ценности	2	
3.1. Смысл жизни	1	
3.2. Ник Вучич. Я-живой!	1	
4. Профориентация	2	
4.1. Моя будущая профессия	1	
4.2. Выбор профессии	1	
5. Мудрые отношения	12	
5.1. Страсть	1	
5.2. Любовь	1	
5.3. Каковы эти отношения?	1	
5.4. Принципы мудрых отношений	1	
5.5. Определите принципы	1	
5.6. Снижение риска в построении отношений: решай, не съезжай!	1	
5.7. Какие это отношения?	1	
5.8. Внимание: опасность!	1	
5.9. Как узнать друг друга	1	
5.10. Здоровые ли это отношения	1	
5.11. Проигрывание ситуаций	1	
5.12. Обращение с просьбой	1	
5.13. Годовая контрольная работа		1
Итого:	65	1