

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ №1»

Принята на заседании  
педагогического совета

Протокол № 09  
от « 26 » 08

2021 года



«26 утверждаю»

Директор МАУДО «ГДТДиМ №1»  
Т.А. Певгова

Приказ № 169  
от « 26 » 08

2021 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЪЕДИНЕНИЯ  
«ПСИХОЛОГИЯ УСПЕХА»**

**направленность:** социально-гуманитарная

**возраст обучающихся:** 11-13 лет

**группа №1**

**год обучения:** 1 год (144 часа)

**педагог:** Лыткина Елена Александровна  
педагог дополнительного образования  
отдела «Детский орден милосердия»

**НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ, 2021**

## Планируемые результаты освоения программы 1 года обучения

№ п/п	раздел , тема	результат			механизм отслежива ния
		высокий	средний	низкий	
1.	Основы психологической науки	<p>Знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю развития психологии;</li> <li>- задачи, принципы, методы, отрасли психологии;</li> <li>- познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, мышление, воображение;</li> <li>- о вербальном и невербальном способах общения;</li> <li>- психологические особенности младшего школьного и подросткового возраста;</li> <li>- о вредных и опасных факторах влияющих на психическое и физическое состояние человека;</li> <li>- семейное древо, традиции семьи, реликвия семьи;</li> <li>- о психологической зависимости от вредных привычек;</li> <li>- о классификации эмоций и чувств человека;</li> </ul> <p>Умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать кодекс поведения в конфликте;</li> <li>- определять стрессовые состояния и методы</li> </ul>	<p>Знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю развития психологии;</li> <li>- задачи, принципы, методы, отрасли психологии;</li> <li>- познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, мышление, воображение;</li> <li>- о вербальном и невербальном способах общения;</li> <li>- о вредных и опасных факторах влияющих на психическое и физическое состояние человека;</li> <li>- о классификации эмоций и чувств человека (в общих чертах);</li> </ul> <p>Умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать кодекс поведения в конфликте (не весь спектр вариантов, а одно-два правила);</li> <li>- определять стрессовые состояния и методы борьбы с ними;</li> </ul>	<p>Знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- историю развития психологии;</li> <li>- о вербальном и невербальных способах общения;</li> <li>- о вредных и опасных факторах влияющих на психическое и физическое состояние человека.</li> </ul> <p>Умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять стрессовые состояния и методы борьбы с ними;</li> <li>- проявлять взаимовыручку;</li> <li>- выразить чувства благодарности, восхищения, уважения, но затрудняются спокойно, выдержано, без волнения получить отказ;</li> <li>- малоактивны, заинтересованность во время проведения упражнений и игр низкая.</li> </ul> <p>Владеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимым понятийным аппаратом;</li> </ul>	<p>анализ самостоятельной работы, беседа, опрос, анкетирование, тестирование</p>

	<p>борьбы с ними;</p> <p>- аргументированно отстаивать свою точку зрения в дискуссии;</p> <p>- организовать свое времяпровождение;</p> <p>-определить пользу, или вред воздействие звука на организм человека;</p> <p>- проявлять взаимовыручку;</p> <p>- простроить спектр вариантов выхода из конфликтных ситуаций;</p> <p>- сформулировать свои ценностные мотивы;</p> <p>-отмечается активное участие в проведении игр и упражнений;</p> <p>-умеют вежливо отказать и правильно принять отказ;</p> <p>-выразить чувства благодарности, восхищения, уважения, нетерпимости и т.д.</p> <p>Владеют:</p> <p>-методами управления психическими состояниями;</p> <p>-элементами творческого мышления;</p> <p>-культурой речи и речевым этикетом;</p> <p>-развитыми моральными нормами и правилами поведения;</p>	<p>-- проявлять взаимовыручку;</p> <p>--выразить чувства благодарности, восхищения, уважения, но затрудняются спокойно, выдержано, без волнения получить отказ.</p> <p>-плодотворность работы на практических занятиях средняя;</p> <p>-коррекция ответов производится педагогом изредка;</p> <p>-создавать новые условия при проведении игр и упражнений при помощи педагога.</p> <p>Владеют:</p> <p>-элементами творческого мышления;</p> <p>- культурой речи и речевым этикетом;</p> <p>- развитыми моральными нормами и правилами поведения;</p> <p>-средней активностью в ходе проведения дискуссии (выступление по результатам заданной темы), умение задавать и отвечать на вопросы (с помощью наводящих</p>	<p>-затрудняются определить личные познавательные интересы.</p> <p>- применением знаний на практике только под руководством педагога (наставника);</p> <p>-коррекция действий и ответов производится педагогом постоянно в ходе бесед, практических заданий.</p>	
--	--	---	--	--

		<p>-способами и приемами борьбы со страхом</p> <p>- высоким уровнем самостоятельности;</p> <p>-информацией об акцентуациях характера человека;</p> <p>- своими эмоциями в ситуации повышенной эмоциональности;</p> <p>- языком жестов;</p> <p>-сформировано ощущение уверенности и стремления к успеху в решении проблемы, в аргументированном отстаивании точки зрения в дискуссии;</p> <p>-высокой активностью в ходе проведения дискуссии (выступление по результатам заданной темы), умение задавать и отвечать на вопросы.</p> <p>-всеми этапами деятельности: от постановки проблемы до представления результата.</p> <p>-навыком самостоятельной подготовки выступления, доклада</p> <p>Умением задавать вопросы экспромтом и отвечать на заданные вопросы;</p> <p>- навыком грамотной и сбалансированной самооценки;</p>	<p>вопросов на ответы педагогом);</p> <p>-объективно определить причину своей неудачи и устранить ее (в ходе беседы, рассуждения и беседы с педагогом)</p> <p>-необходимым понятийным аппаратом.</p>		
--	--	--	--	--	--

		<p>-навыком объективно определить причину своей неудачи и устранить ее, подвести итоги и с уверенностью оценить перспективы;</p> <p>-необходимым понятийным аппаратом.</p>			
2.	Личностные качества человека	<p>знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о личностных качествах: Толерантность, эмоциональная отзывчивость, уверенность в себе</li> <li>— о личности и ее уникальности;</li> <li>— о стрессовой ситуации и способах выхода из них без перехода на крик и драку;</li> <li>— о видах страхов и фобиях;</li> <li>— о темпераменте и характере и их особенностях;</li> <li>— о социальных ролях детей и подростков.</li> </ul> <p>умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— обосновывать свое мнение и отстаивать свою точку зрения;</li> <li>— сдержанно проявлять свои чувства и эмоции и понимать чувства других людей;</li> <li>— привлечь внимание к себе и к своим чувствам;</li> </ul>	<p>знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-о личностных качествах: Толерантность, эмоциональная отзывчивость, уверенность в себе;</li> <li>- о стрессовой ситуации и способах выхода из них без перехода на крик и драку;</li> <li>- о темпераменте и характере и их особенностях;</li> <li>- о социальных ролях детей и подростков;</li> </ul> <p>умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обосновывать свое мнение и отстаивать свою точку зрения;</li> <li>- сдержанно проявлять свои чувства и эмоции и понимать чувства других людей;</li> <li>- привлечь внимание к себе и к своим чувствам;</li> <li>- быть активными (без проявления</li> </ul>	<p>знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-о личностных качествах: Толерантность, эмоциональная отзывчивость, уверенность в себе;</li> <li>-о стрессовой ситуации (варианты способов выхода из них могут предложить только при помощи педагога);</li> <li>- о темпераменте и характере (без акцентуаций характера и видов темперамента)</li> </ul> <p>умеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-быть активными (без проявления творчества и толерантности;</li> <li>- нести ответственность за себя и за свои поступки.</li> </ul> <p>Владеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активной жизненной</li> </ul>	<p>анализ самостоятельной работы, педагогическое наблюдение, анкетирование</p>

	<p>— быть творческими, толерантными;</p> <p>— нести ответственность за себя и за свои поступки.</p> <p>владеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активной жизненной позицией в вопросах безконфликтного общения;</li> <li>- навыком самоопределения, могут делать выбор из множества альтернатив взяв на себя ответственность;</li> <li>- отдельными видами творчества;</li> <li>- приемами саморегуляции и релаксации;</li> <li>-комплексом упражнений для снятия психического и физического напряжения;</li> <li>-навыком оценить и предотвратить опасное влияние, прервать сплетни;</li> <li>- применять креативное мышление, воображение при проведении групповых упражнений;</li> <li>-анализировать и сравнивать результаты своей работы.</li> </ul>	<p>творчества и толерантности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нести ответственность за себя и за свои поступки.</li> </ul> <p>Владеют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активной жизненной позицией в вопросах безконфликтного общения;</li> <li>-комплексом упражнений для снятия психического и физического напряжения;</li> <li>- навыком оценить и предотвратить опасное влияние, прервать сплетни;</li> <li>-анализировать и сравнивать результаты своей работы;</li> <li>-под контролем педагога организовать и провести комплекс физических упражнений для снятия эмоционального и физического напряжения.</li> </ul>	<p>позицией в вопросах безконфликтного общения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-комплексом упражнений для снятия психического и физического напряжения;</li> <li>- навыком прервать сплетни;</li> </ul>	
--	--	--	---	--

### Содержание программы 1 года обучения

#### Раздел 1. Основы психологической науки

*Тема 1.1. Вводное занятие. Знакомство с предметом.*

*Теория:* Психология как наука и как практическая деятельность. Житейская психология. Отрасли психологии: психология развития человека, медицинская психология, военная психология.

*Практика:* Психологическое тестирование.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра занятие с элементом тренинга, тестирование

*Тема 1.2. «Психология как наука»*

*Теория:* История развития психологии. Задачи, принципы, методы, отрасли психологии. Определение психики

*Практика:* Использование игровых технологий.

*Формы и методы проведения занятия:* учебное занятие, беседа - лекция, психологическая игра практическая работа.

Видео «Психология развития» [https://www.youtube.com/watch?v=X7tIK\\_cKDm8](https://www.youtube.com/watch?v=X7tIK_cKDm8)

*Тема 1.3. Познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, внимание, мышление, воображение.*

*Теория:* Понятие об ощущениях. Восприятие: основные свойства и виды. Представление: общая характеристика. Воображение: общая характеристика и виды. Мышление как процесс. Мыслительные операции: общая характеристика. Виды мышления. Интеллект: общая характеристика, теории, структура. Творчество. Творческое мышление. Внимание: общая характеристика, виды и свойства.

*Практика:* Тесты развития и тесты успешности

*Формы и методы проведения занятия:* беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа – тренинг.

*Тема 1.4. Эмоции и чувства. Классификация эмоций. Психологический стресс.*

*Теория:* Общая характеристика чувств и эмоций человека. Классификация эмоций и чувств. Высшие чувства человека. Волевая регуляция поведения. Психологический стресс. Методы управления психическими состояниями.

*Практика:* Обучение способам снятия психологического напряжения

*Формы и методы проведения занятия:* беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа.

Видео «Эмоции и чувства. Развивающее видео для детей»  
<https://www.youtube.com/watch?v=wVy4zU0VzMU>

*Тема 1.5. «Темперамент. Характер. Я-концепция. Способности»*

*Теория:* Понятие о характере. Основные составляющие и структура характера. Понятие о темпераменте. Тип высшей нервной деятельности и темперамент. Основные свойства темперамента. Характеристика типов темперамента. Акцентуации характера. Задатки и способности.

*Практика:* Использование игровых технологий, тестирование.

*Формы и методы проведения занятия:* занятие с элементом тренинга, беседа – тренинг, анкетирование.

практическая работа, дискуссия.

Видео «Типы темперамента и его свойства» <https://www.youtube.com/watch?v=s9rd889I7WY>

Видео « Четыре темперамента» <https://www.youtube.com/watch?v=Or9FX6GzcgA>

#### *Тема 1.6. «Вербальное и невербальное общение»*

*Теория:* Общее представление о психологическом общении. Виды общения.

*Практика:* Использование игровых технологий.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа.

#### *Тема 1.7. «Учимся говорить публично»*

*Теория:* История развития риторики. Культура речи. Речевой этикет. Виды речевой деятельности, их особенности. Значение жестов и интонации в беседе, или выступлении.

*Практика:* Проведение речевых упражнений экспромтом.

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, занятие с элементом тренинга, практическая работа.

#### *Тема 1.8. «Развитие внимания и памяти»*

*Теория:* Память: общая характеристика и виды. Как готовиться к учебным занятиям. Техника эффективного запоминания.

*Практика:* Проведение игр и упражнений для развития внимания и памяти

*Формы и методы проведения занятия:* учебное занятие, объяснительно-иллюстративный метод практическая работа.

#### *Тема 1.9. «Биологические ритмы человека»*

*Теория:* Понятие о биологических ритмах человека. Их влияние на психику и состояние здоровья человека. События и жаворонки. Три основных цикла в жизни человека.

*Практика:* Проведение теста «События и жаворонки»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга.

Видео « Биологические ритмы человека» [https://www.youtube.com/watch?v=wyiePBfKE\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=wyiePBfKE_8)

#### *Тема 1.10. «Энергия цвета для здоровья и успеха»*

*Теория:* Семь цветов общения, историческое значение цвета для разных народов мира, изучение понятий «контраст», «тон»; научить работать с ними.

*Практика:* Быстрый тест Люшера

*Формы и методы проведения занятия:* занятие с элементом арт-терапии, цвето-терапии, беседа.

#### *Тема 1.11. «Я рисую успех и здоровье»*

*Теория:* знакомство с техникой Арт-терапии, Цветотерапия, Музыкотерапия. Применение данных технологий с целью восстановления хорошего настроения и снятия агрессии.

*Практика:* Тест «Моя семья», рисование на свободную тему, снятие психологического напряжения.



*Формы и методы проведения занятия:* занятие с элементом арт-терапии, цвето-терапии, беседа, тестирование.

*Тема 1.12. Диалог культур: взаимодействие между людьми с разными национальными традициями.*

*Теория:* Традиции в различных культурах, понятие толерантности, духовности

*Практика:* изучение народных пословиц и поговорок.

*Формы и методы проведения занятия:* анкетирование, дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга.

Видео «Народы мира. Презентация для детей»

<https://www.youtube.com/watch?v=W7YiWrT9Q7w>

*Тема 1.13. Психологические основы профилактики вредных привычек.*

*Теория:* наркотические ловушки, психологическая зависимость от вредных привычек.

*Анализ конкретных ситуаций.*

*Практика:* практическое упражнение «Умей сказать «НЕТ»»

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга.

*Тема 1.14. «Почему не все здоровы?»*

*Теория:* Признаки здоровья. Пирамида здоровья, факторы риска, ваше окружение, повседневные рекомендации.

*Практика:* составление распорядка дня.

*Формы и методы проведения занятия:* анкетирование, дискуссия, учебное занятие, объяснительно-иллюстративный метод.

Видео «Основы здорового образа жизни» <https://www.youtube.com/watch?v=Ipne2c-zOIQ>

*Тема 1.15. «Кодекс поведения в конфликте»*

*Теория:* изучение возможных вариантов разрешения конфликтных ситуаций. Значение развития чувства юмора. Спектр вариантов выхода из конфликтных ситуаций.

*Практика:* использование игр психологической направленности на сплочение коллектива.

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга.

*Тема 1.16. Возникновение и исторические типы семьи.*

*Теория:* «Семейный климат», обязанности каждого члена семьи. Взаимоотношения людей разных поколений в семье.

*Практика:* Разучивание стихотворений о семье.

*Формы и методы проведения занятия:* рассказ, беседа, анкетирование.

Видео «Семейные ценности» <https://www.youtube.com/watch?v=aGmgsK37b00>

Видео «Семейные ценности»

<https://www.facebook.com/HenryMoonRiga/videos/%D1%82%D1%80%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5-%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE-%D0%BE-%D1%81%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D0%B9%D0%BD%D1%8B%D1%85->

*Тема 1.17. «Что мне нужно для счастья?»*

*Теория:* Понятие счастья, дружбы, взаимовыручки, добра и зла. Категории: богатство, достаток, ценность.

*Практика:* упражнение «Что мне нужно для счастья?»

*Формы и методы проведения занятия:* анкетирование, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, дискуссия.

*Тема 1.18. «Мои увлечения»*

*Теория:* Рассказ и беседа о различных хобби, видах деятельности, их пользе, безопасности и значении в личной жизни подростка.

*Практика:* составление рассказа-самопрезентации

*Формы и методы проведения занятия:* анкетирование, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга.

*Тема 1.19. «Понятие «Личность»*

*Теория:* Понятия: Человек, Личность и Индивидуальность, Проблема аттитюда, молодежного «буллинга» Особенности времяпрепровождения. Поиск друга. Воспитание чести, совести, чувства собственного достоинства – необходимое условие становления личности.

*Практика:* проведение теста, использование игровых технологий.

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга.

Видео « Быть личностью» <https://www.youtube.com/watch?v=dQhh6wYNSzM>

*Тема 1.20. «Звукотерапия»*

*Теория:* история звука, возникновение первых музыкальных инструментов, воздействие звука на организм человека.

*Практика:* прослушивание музыкальных композиций, обмен мнениями, беседа.

*Формы и методы проведения занятия:* занятие с элементом арт-терапии, цвето-терапии, беседа, тестирование.

*Тема 1.21 «Мать и дитя в искусстве»*

*Теория:* Знакомство с литературными и художественными произведениями, где воспет образ женщины- матери.

*Практика:* разучивание пословиц и стихов о матери.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа, обмен мнениями, наглядно-демонстративный метод, анкетирование

*Тема 1.22. «Открытка на День матери»*

*Практика:* создание открытки на День матери: объёмный цветок внутри открытки, объёмные сердечки на обложке.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа, обмен мнениями, практическая работа.

*Тема 1.23. Психологические особенности младшего школьного и подросткового возраста.*

*Теория:* Место школьника в семье. Учитель и одноклассники. Особенности общения со сверстниками. Общение и речь в школе. Общение мальчиков и девочек в классе. развитие восприятия и наблюдательности. Память младшего школьника, пути повышения ее эффективности. Особенности воображения и внимания. Учебная деятельность как ведущий вид деятельности, определяющий психическое развитие младших школьников. Проблема отметки и оценки. Формирование учебных мотивов, их устойчивость. Развитие моральных норм и правил поведения. Отношение к обязанностям школьника. Изменения отношения к учебе на протяжении подросткового возраста

*Практика:* Игровые технологии на преодоление тревожности.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

*Тема 1.24. Психологические особенности юношеского периода развития и ранней взрослости.*

*Теория:* Подростковый период. Проблемы подросткового возраста. Кризис самоидентификации. Нравственное и духовное воспитание подростков. Формирование ценностных ориентиров.

*Практика:* анкетирование, тестирование, беседа. Игровые технологии.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование

*Тема 1.25. «Профилактика суицидального поведения школьника»*

*Теория:* Подростковая языковая субкультура. Сленг. Значение жестов в общении подростков. Кризис идентификации со своей внешностью и со своими представлениями о себе. Притязания на признание у подростков. Обострение потребности в признании. Особая значимость в притязании на признание своей уникальности. Специфика половой идентификации в подростковом возрасте. Особенности отношения подростка к своему прошлому, настоящему и будущему. Подростковая суицидальность. Социальное пространство личности подростка. Отношение подростка к правам и обязанностям.

*Практика:* упражнение для формирования адекватной самооценки.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование практическая работа.

*Тема 1.26. «Традиции моей семьи»*

*Теория:* семейные ценности, традиции и обычаи, легенды нашей семьи, что такое реликвия, генеалогическое древо семьи, предки, понятие рода, поколения. Кем были наши предки.

Генеалогическое древо. Что такое генеалогическое древо. С кого начинается семья. Преемственность поколений.

Родители. Почему нужно уважать родителей. Уважение и взаимопонимание в семье. Что сделали для нас родители. Как выражать благодарность, уважение и любовь к родителям.

*Практика:* Просмотр фотографий бабушек и дедушек, обсуждение. Рисунки на данную тематику («Мои предки», «Семейные реликвии» и т.п.), чтение и обсуждение стихов, рассказов, песен о бабушках и дедушках. Моделирование и проигрывание ситуаций на тему

взаимоотношений со старшим поколением. Выставка детских работ «Семейные ценности». Игры: «Ветер дует», «Рисунки на спине», «Пожалуйста», «Закончи предложение» (прил. 1). *Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование практическая работа.

#### *Тема 1.27. «Путешествие в прошлое»*

*Теория:* Я в прошлом. Каким я был ребенком. Как использовать опыт прошлого в настоящем. Я сейчас. Определение самооценки. Я – реальный. Я – идеальный.

Я в будущем. Каким я хочу стать. Что такое способности и возможности. Заветные мечты. Что меня ждет впереди. Понятие планирования. Как прошлое может повлиять на будущее. Как «сделать» свое будущее. Я хорош такой, какой есть. Понятие уникальности. В чем моя изюминка. Уверенность в себе. Как развивать способности. Типы темперамента. Основные свойства темперамента. Особенности общения и совместимость. Особенности характера. Типологии характера. Творческая личность.

*Практика:* Просмотр фотографий детей, изготовление коллажей. Выполнение рисунков на тему: «Каким я был?», «Какой я сейчас?», «Каким я буду?»; просмотр и обсуждение работ. Организация выставки работ детей «Вот такой Я». Игры: «Что такое минута?», «Только вместе», «Таинственный незнакомец»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование практическая работа.

#### *Тема 1.28. «Виды эмоций»*

*Теория:* Что такое эмоции. Определение чувства, эмоций. Чувства, как отражение действительности. Виды эмоций. Положительные и отрицательные эмоции. Настроение. Определение настроения. Как меняется настроение. Огорчение, тоска, уныние. Определение огорчения, тоски, уныния. Роль каждой эмоции. Радость. Определение радости. Чувство юмора. Откуда берется радость. Печаль, сожаление, огорчение. Определение печали, сожаления, огорчения, их различие. Почему становится грустно. Гнев, злость. Определение гнева и злости. Как выражать негативные эмоции. Отчаяние. Определение отчаяния. Причины появления. Как научиться выходить из такого состояния. Интерес, удивление. Определение интереса, удивления. Как поддерживать интерес. Отвращение, презрение, брезгливость. Определение отвращения, презрения и брезгливости. Саморегулирование в сфере чувств. Стрессовые состояния и методы борьбы с ними.

*Практика:* Просмотр и обсуждение изображений эмоций (фото, картинки, рисунки). Игры на демонстрацию различных эмоциональных состояний: «Скульптор-глина», «Зеркало», «Расскажи стихи руками» (прил.1), пантомимы. Чтение и обсуждение стихов, песен, рассказов, сказок, пословиц и загадок. Рисование эмоций; проигрывание ситуаций из реальной жизни детей. Обсуждение способов выхода из неприятных эмоциональных ситуаций, релаксационные упражнения.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

Видео «Виды эмоций и чувств» <https://www.youtube.com/watch?v=TYejOHhjDP4>

#### *Тема 1.29. «Страх». Как с ним бороться*

*Теория:* Всегда ли плох страх. Определение страха, фобии. Как страх спасает жизнь.

Я боюсь... Многообразие страхов людей. Индивидуальные причины возникновения страха. Тревога. Определение тревоги. Почему страх вызывает тревогу. Тревожные состояния. Фобии. Чем отличаются от страха. Виды фобий. Добро и зло. Чего боялись сказочные герои. «Маски страха». Страшные сны. Стоит ли бояться? о чем говорят нам сны? Откуда появились дурные приметы. У страха глаза велики. Кто поможет. Как могу помочь себе я сам. Как бороться со страхом. Каждый может победить свой страх. Как бороться со страхом, способы и приемы.

*Практика:* Просмотр изображений эмоций страха (фото, рисунки), обсуждение. Чтение стихов, сказок, рассказов, поговорок о страхе. Выполнение рисунков на тему «Самый страшный сон», «Кто живет в темноте», «Мой защитник». Проигрывание ситуаций, сочинение сказок. Игры «Только вместе», «Расскажи стихи руками», «Объятия» (прил.1). Релаксационные упражнения и упражнения на развитие творческого воображения «Поделись с ближним».

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра , занятие с элементом тренинга, тестирование

### *Тема 1.30. «Мой характер».*

*Теория:* Характер. Определение характера. Свойства характера. Роль конфликтных ситуаций, установок, мотивов в формировании характера. Плохой и хороший характер. Делится ли характер на хороший и плохой. Как темперамент влияет на характер. Гордость. Определение гордости. Гордый ли я. Гордость – польза или вред. уважение. Определение уважения. Кто достоин уважения. Как проявлять уважение к человеку. Честность. Определение честности. Честность, как черта характера. Почему иногда сложно быть честным.

Надежность. Определение надежности. Надежность, как черта характера. На кого можно положиться. Ответственность. Определение ответственности. Ответственность, как черта характера. За что мы несем ответственность. Принятие решений. Определение решительности. Решительность и ответственность. Как принимать решения.

Гражданственность. Определение гражданственности. Я гражданин – что это значит.

*Практика:* Чтение художественных произведений по теме, обсуждение. Просмотр иллюстраций по теме, выполнение рисунков, прослушивание и проигрывание историй о вежливости, доброте, хороших манерах. Выполнение поделок (кормушки для птиц), коллажей, плакатов. Кукольный театр, прослушивание стихов о родине, о г. Ростове-на-Дону, просмотр фотографий г. Ростова-на-Дону и области. Знакомство с гимном, флагами города, области и страны. Выставка детских работ на тему: «Моя родина». Игры: «Полезное действие – вредное последствие», «Сочинялки», «Закончи предложение», «Дружеское интервью».

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра , занятие с элементом тренинга, тестирование

### *Тема 1.31. «Мир моей души»*

*Теория:* Знания. Что такое знания. Какими бывают знания, и как ими пользоваться.

Мои желания реальны. Понятие гармонии. Способности и возможности людей.

Вред. Что значит вредить. Две стороны одной медали. Волшебные слова. Определение вежливости, приветливости. Почему нужно быть вежливым. Хорошие отношения. Определение отношений. В чем польза хороших отношений. Как понимать без слов. Что

такое невербальное общение. Как понимать «язык тела». Мое пространство. Определение личностного пространства. Определение комфорта. Где границы. Что и Как сказать. Определение такта и корректности. К каждому нужен свой подход. Интонация важна. Определение интонации, немного об этикете. Я такой один. В чем прелесть уникальности. Каждый талантлив по-своему. Как поверить в себя.

*Практика:* Инсценировка сюжетов из жизни детей, обсуждение проблемных ситуаций и выработка способов выхода из них. Чтение народных сказок, пословиц, басен, стихов по теме, просмотр и обсуждение иллюстраций. Проигрывание историй по ролям, выполнение рисунков, изготовление коллажей. Упражнения для отработки невербальной техники дистанции в общении, просмотр и обсуждение фотографий детей. Игры на взаимодействие со сверстниками: «Путь доверия», «Таинственный незнакомец» Выставки детских работ на тему «Уникальность», «Доброта спасет мир».

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

Видео «Почему важно быть вежливым» <https://youtu.be/kNFNwnvTg18>

### *Тема 1.32. «Окружающий меня МИР»*

*Теория:* Ты мне интересен. Как выражать интерес. Как приобрести друзей. Определение дружбы, дружелюбности. Кто такой друг и где его искать. Учимся на ошибках. Определение ошибки. Способы исправления. Как не обидеть. Как научиться сотрудничать. Определение сотрудничества. Новые дружеские отношения. Поддержание дружбы. Как ответить на «дразнилки» и насмешки. Для чего придумывают прозвища. Чувство юмора может помочь. Уход от конфликта. Как правильно спросить и ответить. Что такое психология общения. Некоторые приемы "психологического айкидо». Учимся говорить и принимать слово «нет». Почему трудно говорить слово «нет». Вежливый отказ. Как правильно принимать отказ. Как предложить и попросить помощь. Приемы психологии общения. Позитивный диалог. Благодарность. Определение благодарности. Определение комплимента. Как правильно говорить и принимать. Как победить одиночество. Определение одиночества. Причины. Способы избавления от одиночества.

*Практика:* Чтение стихов, сказок, пословиц по теме; проигрывание детьми реальных ситуаций и ситуаций из сказок. Выполнение рисунков на тему: «Мой самый лучший друг», «Одинокий человек», упражнения на саморегуляцию и развитие воображения «Страхни», «Поделись с ближним», «Я умею помогать», кукольный театр. Конкурс самодеятельности, игры на взаимодействие со сверстниками: «Ветер дует», «Горячий стул», «Зеркало». Закрепление навыков позитивного общения, сплочение детского коллектива. Выставка детских работ «Вместе веселее».

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование

### *Тема 1.33. «Задачи и методы психологии»*

*Теория:* Задачи и методы. Психические процессы и свойства личности, различные проявления духовного мира человека. Процессы и закономерности психической деятельности. Приемы и средства, с помощью которых получают достоверные сведения. Изучение фактов и установление закономерностей психической деятельности. Особенности работы нервной системы человека. Наследственные особенности и

приобретенные жизненным опытом. Сила, уравновешенность, и подвижность нервных процессов. Психика и сознание. Процесс отражения действительности. Как возникла психика. Субъективность и объективность процесса отражения.

*Практика:* Подготовка и организация наблюдения. Обсуждение результатов наблюдения, выделение ошибок и интересных приемов и способов фиксации. Проведение опроса (первичный контакт, основная фаза и завершение). Проведение игр и упражнений на соответствующую тематику: "Снежный ком", "Имя-жест", "Интервью", "Автопортрет", "Внезапные вопросы", "Рисунки на спине", "Аплодисменты по кругу". Рисунки на тему: "Я и группа", "Прекрасный день", "То, что я люблю".

*Формы и методы проведения занятия:* занятие по контролю ЗУН, практическая работа

#### *Тема 1.34. «Великое мастерство общения»*

*Теория:* Понятие общения. Средства общения. Восприятие общения. Барьеры в общении. Виды общения. Правила общения. Этикет. Конфликты в общении. Личное пространство в общении. Самопрезентация. Приглашение сотрудничать. Как принять комплимент и выразить благодарность. критика. Как правильно принять и выразить критику. Обратная связь в общении.

*Практика.* Игры «Испорченный телефон», «Найди свою пару», «Скотный двор». Упражнения «Гость», «Я тебя понимаю». Игра «Точные приказы», «Опиши предмет». Упражнения «История с продолжением», «Пересказ истории по одному». Тренинг умения слушать «Правильно ли я тебя понял». Тест «Умение слушать». Тренинг эмпатичного слушания. Тренинг подстройки по позе, эмоциям, дыханию «Зеркало». Упражнения «Комплименты», «Похвала». Игра «Самый-самый», «Скульптура». Упражнение «Кто я». Упражнения «Я-высказывания», «Расслабляющее дыхание», «Ветер шумит». Круглый стол «Способы снижения эмоциональной напряженности».

Игра «Пожелания» Упражнения «Мои достоинства», «Самый-самый», «Мое качество», «Уступки». Ролевая игра «Уверенное и неуверенное поведение». Игры «Город уверенности», «Я - хозяин». Упражнения «Круг уверенности», «Сила слова». Тест «Уверенность в себе».

*Формы и методы проведения занятия:* занятия по контролю ЗУН практическая работа.

Видео «Три правила общения» <https://www.youtube.com/watch?v=V5ZeEqEPngI&t=7s>

## **Раздел 2. «Личностные качества человека»**

### *Тема 2.1. «Творческая личность, это кто?»*

*Теория:* Что такое творчество. Виды творчества. Что я умею. Целебная сила творчества. Творческие способности. Дар или можно развить. Делится ли творчество по половому признаку. Особенности творческого мышления и способы его развития. Рисование как один из видов творчества. Танцы – это творчество. Лепка - это творчество. Оригами – это творчество. Сочинение стихотворения. Музыка - творчество. Спорт – как выражение творчества. Наука – это тоже творчество.

*Практика:* Роспись предметов посуды. Игра «Радуга настроения». Рисование на свободную тему. Рисунок на тему: «Нарисуй теплое, холодное (фон), на нем загадочное, волшебное дерево». Тест Люшера.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование



## *Тема 2.2. «Литературные герои вчера и сегодня»*

*Теория:* Познаю себя через мифы и сказки. Миф или сказка зачитываются группе учащихся, затем каждый учащийся рисует 4 запомнившихся эпизода и мы проводим анализ личностей, их поступков.

*Практика:* Обсуждаем вымысел автора, характеризуем героев, предлагаем свои варианты действий.

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа, обмен мнениями, анкетирование

## *Тема 2.3. «Технологическая карта моей жизни»*

*Теория:* Что такое жизненная перспектива. Формирование, потеря, обретение. Как я строю свою жизнь. Практикум. Жизненные кризисы - этапы личностного развития. Прошое, настоящее, будущее. Без прошлого нет будущего. Я живу здесь и сейчас. Как двигаться в выбранном направлении, несмотря на ошибки и неудачи. Уверенность в себе. Ошибки и неудачи - неоценимый опыт. Как определить, что мне действительно нужно, а отчего стоит отказаться. Цели, принципы, предпочтения и ценности.

*Практика:* Написание эссе на тему: "Моя жизненная перспектива". Игры: "Мои особенности и преимущества", "Аплодисменты по кругу", "Горячий стул", "Закрашивание контура человека", "Ладощка", "Преодолей препятствия", "Клубок", "План на 1 год, на 3, на 5", "Это я, узнай меня", "Мне сегодня понравилось...", "Чемодан". Рисование на различные темы.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

Видео «Как стать уверенным в себе» <https://www.youtube.com/watch?v=BWlbyEWIaE>

## *Тема 2.4. «В жизни всегда есть место подвигу»*

*Теория:* Рассказ о героях ВОВ, о героических поступках наших современников, примеры из жизни земляков, воинов- интернационалистов, работе полицейских, пожарных, сотрудников МЧС.

*Практика:* Подготовить сообщение о прохождении Олимпийских игр в Токио, о победах наших спортсменов.

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа, обмен мнениями, анкетирование.

## *Тема 2.5. «Конверт для Дня влюблённых»*

*Теория:* Рассказ о Петре и Февронье, истории праздника «14 февраля-день всех влюбленных»

*Практика:* выполнение практической работы «Конверт для Дня влюблённых».

*Формы и методы проведения занятия:* учебное занятие, объяснительно-иллюстративный метод (показ алгоритма создания работы, использование образцов), практическая работа.

Видео « Подарочный конверт» <https://www.pinterest.ru/pin/208080445273902717/>

## *Тема 2.6. «Принятие решений»*

*Теория:* Развитие навыков принятия решений. Техники принятия решения. Ответственность за себя и свои поступки. Социальная и личная ответственность. Самодостаточность. Забота о себе. Выделение приоритетов; планирование работы и результатов; оценка эффективности и т.п. Алгоритм принятия решений

*Практика:* Отработка навыков принятия решений. Проигрывание моделированных ситуаций. Игры: "Да, или Нет", "Карта моей души", "Ценности".



*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

#### *Тема 2.7. «Моя цель в жизни»*

*Теория:* Что такое цель. Цель или фантазия. Мечты. Формирование цели к достижению своей мечты. цель краткосрочная. Долгосрочная цель. Этапы ее достижения. Правильное формулирование своей цели. Ранжирование цели. Важные и не очень важные цели. корректировка своей цели. Будь гибким. Доверяем цель бумаге. Расписываем цель и задачи ее достижения. Цель и время ее достижения. Временные рамки. Согласование своей цели с ценностями и убеждениями. искренность цели. Действительно ли я этого хочу. Моя ли это цель или навязанная кем-то.

*Практика:* Пересказ своих фантазий и мечт. Сочинение рассказа про цель. Выявление искренности цели, согласование цели и убеждений. Игры: «вверх по лестнице», «Попасть в точку», «Я здесь и сейчас».

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

#### *Тема 2.8. «Как добиться поставленной цели?»*

*Теория:* мотивация. Формирование мотивации. Этапы, условия, функции. Исследование мотивационной сферы. Социальные и познавательные мотивы. Мотивация к успеху и предотвращению неудач, мотивационные упражнения и вопросы. Определение своей мотивации. Визуализация своей цели. Как способ ее достижения. Вспомогательные ритуалы для достижения цели. Для достижения цели могу рассчитывать только на себя. Вера в достижимость своей цели. Правильное формирование временных рамок цели, это залог успеха. Трудности на пути достижения цели. Недостигнутая цель. Пересмотр цели. Отказ от цели. Взрослое решение.

*Практика:* Изучение мотивации обучающихся, с помощью шкалы оценки потребности в достижении. Составление целей на бумаге. Рисунки и фотографии для визуализации своей цели. Составление планов для достижения своей цели. Игры: "Мои особенности и преимущества". Рисование на тему: "Дом моей мечты".

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

#### *Тема 2.9. «Зачем учиться в школе?!»*

*Теория:* Зачем учиться в школе. Нелегкий процесс получения знаний. Знания и будущая профессия. О несправедливости оценок. Почему подсказка- «Медвежья услуга»

*Практика:* Занятие с элементом игры «В нашем классе». Занятие с элементом тренинга «Как понять педагога». Игра «Никому не дам списать». Упражнения «Не хочу грубить в ответ». «Сказать спасибо так несложно». Занятие с элементом арт-терапии «Мой идеальный класс».

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

#### *Тема 2.10. «Самооценка и оценка окружающих людей»*

*Теория:* Что такое самооценка. Как не поддаваться мнению окружающих.

Кумиры и ценности. Положительные и отрицательные стороны мечты

*Практика:* Тестирование на самооценку (интерпретация и комментирование)

Упражнения «Комплимент другу», «Подари улыбку»

Упражнение: «Посмотри со стороны», «Успех»

Анкетирование «Оценка самому себе»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

*Тема 2.11. «Как я могу выразить свои чувства»*

*Теория:* Беседа с обучающимися о том, как важно правильно и сдержанно выражать свои эмоции. Как можно снять стресс. Проговорить с детьми ситуации, когда им было грустно, страшно, обидно. Как они поступали. К кому обращались за помощью

*Практика:* Игра «Граффити» "Graffiti"

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

*Тема 2.12. «Открытка на 8 марта»*

*Практика:* создание открытки на 8 марта: объёмный цветочный куст внутри открытки, объёмные сердечки на обложке.

*Формы и методы проведения занятия:* практическая работа Видео «3Dgreetingcard»

<https://www.pinterest.ru/pin/208080445273819340/>

*Тема 2.13. «Мой кумир»*

*Теория:* Провести беседу с обучающимися о том, кто является их кумиром. Есть ли у них идеал личности человека. Литературный ли это герой, или друг, или родственник. Почему им нравится этот человек. За что они его уважают. В чем хотят быть на него похожим.

*Практика:* Упражнения. Написание короткого сочинения на тему «На кого я хочу быть похожим»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа, обмен мнениями, анкетирование.

*Тема 2.14. «Психология спорта»*

*Теория:* Беседа о том, насколько у спортсменов должна быть развито чувство самообладания. Как люди занимающиеся спортом снимают усталость и противостоят сильнейшим психологическим нагрузкам. Как снимают стрессовое состояние. Примеры Олимпийских побед и поражений. Яркие примеры несправедливого судейства на Олимпийских играх в ТОКИО.

*Практика.* Упражнения на релаксацию и обучение способам саморегуляции

*Формы и методы проведения занятия:* практическая работа.

*Тема 2.15. «Зонт в дождливую погоду»*

*Теория:* Знакомство с техниками саморегуляции. Как владеть своими эмоциями. Как ответить на обидные слова, или несправедливое отношение сверстников. Как смело сказать правду не переходя в конфронтацию.

*Практика:* Упражнения на саморегуляцию. Упражнения на релаксацию.

*Формы и методы проведения занятия:* практическая работа.

*Тема 2.16. «Как рождаются сплетни?»*

*Теория:* Беседа с детьми на тему, почему люди сплетничают. Почему это плохо. Может ли это нанести вред психике и здоровью человека. Как реагировать на сплетни.

*Практика:* Упражнение «Как рождаются сплетни»

*Формы и методы проведения занятия:* дискуссия, беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

### **Тема Раздел 3. Здоровье человека и окружающая среда**

#### **3.1. «Что делать с агрессией и гневом»**

*Теория:* Что такое «Чувство злости»? Почему возникает это чувство? Испытывали ли вы злость. На кого? Почему? Приносит ли это чувство вред здоровью человека? Как бороться с этим чувством?

*Практика:* Игра «Прогноз погоды»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

Видео «Сказка про тигренка. Коррекция агрессии» <https://youtu.be/89qftH8TO8s>

#### **Тема 3.2. «Опасные и полезные факторы для здоровья человека»**

*Теория:* Какие факторы являются полезными (солнце, вода, природа, правильное питание, физическая культура). Как обучающиеся используют пользу и силу этих факторов? Какие факторы можно назвать вредными для здоровья человека (Шум, громкая музыка, вибрация, табакокурение, алкоголь). Как Вы относитесь к окружающим людям, которые находятся под влиянием вредных факторов и не пытаются бороться с этим. Как сказать НЕТ! если вам предлагают принять наркотики?

*Практика:* Упражнение на выработку умения отказать, если тебе угрожает опасность

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

Видео «Полезные и вредные привычки» <https://youtu.be/sjOTwtHqwtM>

#### **Тема 3.3. «Природа лечит»**

*Теория:* Беседа с детьми о пользе природных богатств. Вода, воздух, овощи и фрукты, лечебные травы.

*Практика:* Разучивание стихотворения «Лечит мята невролгию.....»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, наглядно-демонстративный метод.

#### **Тема 3.4. «Влияние шума на здоровье человека»**

*Теория:* Современный шумовой дискомфорт. Снижение слуховой чувствительности. Воздействие шума на психику и здоровье человека. Уровень шума (ДБ). Ультразвук. Инфразвук. Влияние на психическое состояние детей и подростков. Болезни взрослых людей, которые развиваются под воздействием шума. Слуховая чувствительность. Шумовое загрязнение. Уровни шума.

*Практика:* Практическое занятие по воздействию шепота и громкой музыки на слуховые анализаторы человека.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, игровые технологии

### *Тема 3.5. «Образ природы в культуре России»*

*Теория:* Образ природы России в литературных и художественных произведениях отечественных и зарубежных писателей и художников. Понятие Малой Родины, любви к своим предкам, земле, сила рода и духовности.

*Практика:* показ образцов картин и репродукций России. Татарстана, чтение стихотворений о Родине.

*Формы и методы проведения занятия:* учебное занятие, объяснительно-иллюстративный метод (показ образцов картин и репродукций России, Татарстана), чтение стихотворений о Родине практическая работа. Беседа, обмен мнениями, анкетирование, тестирование.

### *Тема 3.6. Воспитательное мероприятие «Планета – наш дом»*

*Практика:* беседа на тему «Планета – наш дом», создание набросков на тему занятия. Почему нужен МИР во всем МИРЕ? Опасность и горе, которое несет война. Что должны делать люди для того, чтобы прекратить военные действия на земле

*Формы и методы проведения занятия:* эвристическая беседа, мозговой штурм по теме, презентация идей. Беседа, обмен мнениями, практическая работа.

### *Тема 3.7. «Наш Многонациональный Татарстан»*

*Теория:* Провести беседу с детьми о том, какая у них национальность. Какие традиции соблюдаются в семье. Какие национальные праздники отмечают члены семьи. Какие рассказы, народные сказки и песни известны детям. Особенности кулинарных блюда национальных костюмов.

*Практика:* Выслушать и оценить рассказы детей о традициях своего народа и традициях, которые сохраняются и чтут в их семье.

*Формы и методы проведения занятия:* эвристическая беседа, сбор и презентация идей. Беседа, обмен мнениями, анкетирование, тестирование

### *Тема 3.8. «Экология республики и состояние здоровья подрастающего поколения»*

*Теория:* Изучить статистику здоровья детей и подростков в РТ. Сообщить, как отражается экология на состоянии здоровья, и обсудить меры профилактики заболеваний эндокринной системы. В связи с недостаточным количеством йода в почве. Обратить внимание на то, что обязательно следует правильно питаться в подростковом возрасте. Употребление продуктов, которые содержат наибольшее количество микроэлементов (овощи, фрукты, говяжья печень, морская рыба, морская капуста)

*Практика:* Предложить обучающимся поделиться рецептами блюд, которые готовятся в их семье с целью укрепления здоровья и повышения иммунитета.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа, обмен мнениями, анкетирование, тестирование.

Видео «Для чего нужна экология?» [https://youtu.be/AzT\\_qAOu4ns](https://youtu.be/AzT_qAOu4ns)

### *Тема 3.9. «Виктимология- наука о поведении жертвы»*

*Теория:* Обсудить с детьми опасность общения с посторонними людьми на улице. Объяснить, что преступник имеет большое терпение в отслеживании своей жертвы (месяцы,

годы) и высокий уровень хитрости и обмана. Поэтому КАТЕГОРИЧЕСКИ нельзя вступать в контакт с посторонними людьми на улице, в помещениях, транспорте. НЕДОПУСТИМО ПРИНИМАТЬ ПРЕДЛОЖЕНИЯ уйти куда-либо без согласия родителей, какое бы привлекательное предложение не исходило от постороннего человека (мужчины, женщины, подростка)

*Практика:* Упражнение «Портрет уголовника». Игра «ДА.но!»

*Формы и методы проведения занятия:* беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование.

*Тема 3.10.* Воспитательное мероприятие «Интеллектуальная игра»

*Практика:* участие в игре, ответы на логические вопросы игры.

*Формы и методы проведения занятия:* интеллектуальная игра.

*Тема 3.11.* Воспитательное мероприятие «Солдатами не рождаются»

*Практика:* Чтение литературного произведения основанных на событиях ВОВ, современных военных конфликтах в разных республиках бывшего СССР.

*Формы и методы проведения занятия:* эвристическая беседа, сбор и презентация идей, самостоятельная работа.

*Тема 3.12.* «Моя мечта»

*Теория:* Беседа с детьми о том, какие цели обучающиеся ставят для себя в будущем. О какой профессии мечтают. Обратить внимание на важность профессионального выбора. Нелюбимая профессия не принесет удовольствия, а соответственно - не прибавит здоровья человеку, который занимается нелюбимым делом. Это опасность психологического, или эмоционального срыва.

*Практика:* Выполнение упражнений «Я хочу» - «Я могу». «Что мне нужно для счастья» написание письма «будущему себе», оформление работы в виде капсулы времени

*Формы и методы проведения занятия:* эвристическая беседа, творческая работа.

*Тема 3.13.* «Культура и красота движений»

*Теория:* Осанка человека и его настроение. Что первично: осанка, или настроение? Физическое движение и психическое состояние человека. Движение, гиподинамия, рост и развитие, физические упражнения, эмоции. Адреналин. Аффект. Гормональный рост и психика подростка.

*Практика:* Выполнение комплекса физических упражнений для снятия психического и физического напряжения. .

*Формы и методы проведения занятия:* практическая работа с элементами цветотерапии и звукотерапии.

*Тема 3.14.* «Любовь и дружба»

*Теория:* Понятие Любовь, дружба, уважение. Виды любви. Знакомство с пирамидой потребностей А.Маслоу. Взаимоотношения девочек и мальчиков. Первая любовь. Предательство...ли? Все лучшее ждет впереди!

*Практика:* Упражнения по выходу из стрессовой ситуации с элементами тренинга.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа, обмен опытом, анкетирование, тестирование.

*Тема 3.15. Творческий проект «Наш фоторепортаж»*

*Теория:* изучение творческого проекта; определение темы проекта, обсуждение выбора темы

*Практика:* планирование, создание чернового варианта, эскизов.

*Формы и методы проведения занятия:* учебное занятие, беседа, мозговой штурм, проектная деятельность, планирование.

*Тема 3.16. Творческий проект «Наш фоторепортаж»*

*Практика:* осуществление идеи фоторепортажа, составление видеопрезентации.

*Формы и методы проведения занятия:* учебное занятие, беседа, проектная деятельность, практическая работа.

*Тема 3.17. Итоговое занятие «Мы вместе!»*

*Практика:* Проведение занятия с приглашением родителей. Выступление обучающихся, просмотр презентации.

*Формы и методы проведения занятия:* беседа, проектная деятельность, практическая работа.

*Тема 3.18. Посещение театра «Мастеровые»*

*Формы и методы проведения занятия:* просмотр постановки «Очень простая история», обсуждение.

*Тема 3.19. Посещение театра «Либерта»*

*Формы и методы проведения занятия:* просмотр постановки «По зеленым холмам океана», обсуждение.

### Календарный учебный график 1 года обучения

№ п/п	месяц	число	время проведения занятия	форма занятия	количе ство часов	тема занятия	место проведения	форма контроля
1.	сентябрь			беседа - лекция, психологическая игра занятие с элементом тренинга, тестирование	2	Вводное занятие. Знакомство с предметом	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ результатов беседы
2.	сентябрь			учебное занятие, беседа - лекция, психологическая игра практическая работа	2	Психология как наука. История развития психологии	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
3.	сентябрь			беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа - тренинг	2	Познавательные психические процессы: (ощущение, восприятие, внимание, мышление, воображение)	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
4.	сентябрь			беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа	2	Эмоции и чувства. Классификация эмоций. Психологически й стресс	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ самостоятельной работы, экспресс выставка
5.	сентябрь			занятие с элементом тренинга, беседа – тренинг, анкетирование. практическая работа, дискуссия	2	«Темперамент. Характер. Я- концепция. Способности»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ самостоятельной работы

6.	сентябрь			беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа	2	«Вербальное и невербальное общение»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
7.	сентябрь			дискуссия, занятие с элементом тренинга, практическая работа	2	«Учимся говорить публично»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
8.	сентябрь			учебное занятие, объяснительно-иллюстративный метод практическая работа	2	«Развитие внимания и памяти»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
9.	октябрь			беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга	2	«Биологические ритмы человека»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
10.	октябрь			занятие с элементом арт-терапии, цвето-терапии, беседа, тестирование	2	«Энергия цвета для здоровья и успеха»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
11.	октябрь			занятие с элементом арт-терапии, цвето-терапии, беседа, тестирование	2	«Я рисую успех и здоровье»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
12.	октябрь			анкетирование, дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга	2	Диалог культур: взаимодействие между людьми с разными национальными традициями	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
13.	октябрь			дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга	2	Психологические основы профилактики вредных привычек	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
14.	октябрь			анкетирование, дискуссия, учебное занятие, объяснительно-	2	«Почему не все здоровы?»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы



				иллюстративный метод				
15.	октябрь			дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга	2	Кодекс поведения в конфликте	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
16.	октябрь			рассказ, беседа, анкетирование	2	Возникновение и исторические типы семьи	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
17.	октябрь			анкетирование, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, дискуссия	2	«Что мне нужно для счастья?»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
18.	ноябрь			анкетирование, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга	2	«Мои увлечения»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
19.	ноябрь			дискуссия, беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга	2	«Понятие «Личность»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
20.	ноябрь			занятие с элементом арт-терапии, цвето-терапии, беседа, тестирование	2	«Звукотерапия»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
21.	ноябрь			беседа, обмен мнениями, наглядно-демонстративный метод, анкетирование	2	«Мать и дитя в искусстве»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы, экспресс выставка
22.	ноябрь			беседа, обмен мнениями, практическая работа	2	«Открытка на День матери»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы.
23.	ноябрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	Психологические особенности младшего школьного и подросткового возраста	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
24.	ноябрь			беседа - лекция,	2	Психологические	«ГДТДиМ	анализ

				психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование		особенности юношеского периода развития и ранней взрослости	№1» 107 кабинет	самостоятельной работы
25.	ноябрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование практическая работа	2	«Профилактика суицидального поведения школьника»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
26.	ноябрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование практическая работа	2	«Традиции моей семьи»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
27.	декабрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование практическая работа	2	«Путешествие в прошлое»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
28.	декабрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Виды эмоций»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
29.	декабрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Страх». Как с ним бороться.	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
30.	декабрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Мой характер»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	экспресс выставка
31.	декабрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие	2	«Мир моей души»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной

				с элементом тренинга, тестирование			кабинет	работы
32.	декабрь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Окружающий меня МИР»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ самостоятельной работы
33.	декабрь			Занятие по контролю ЗУН, практическая работа	2	«Задачи и методы психологии»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
34.	декабрь			занятия по контролю ЗУН практическая работа	2	«Великое мастерство общения»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
35.	январь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Творческая личность, это кто?»	«ГДТДиМ №1»	анализ самостоятельной работы
36.	январь			дискуссия, беседа, обмен мнениями, анкетирование	2	«Литературные герои вчера и сегодня»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
37.	январь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Технологическа я карта моей жизни»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
38.	январь			дискуссия, беседа, обмен мнениями, анкетирование	2	«В жизни всегда есть место подвигу»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
39.	январь			Практическая работа		«Конверт для влюбленных»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ самостоятельной работы
40.	январь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Принятие решений»	«ГДТДиМ№ 1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы

41.	январь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Моя цель в жизни»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
42.	январь			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Как добиться поставленной цели»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
43.	февраль			Дискуссия, беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Зачем учиться в школе?»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы, экспресс выставка
44.	февраль			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Самооценка и оценка окружающих людей»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
45.	февраль			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Как я могу выразить свои чувства»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы, экспресс выставка
46.	февраль			практическая работа	2	«Открытка на 8 марта»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
47.	февраль			беседа, обмен мнениями, анкетирование	2	«Мой кумир»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
48.	февраль			практическая работа	2	«Психология спорта»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
49.	февраль			практическая работа	2	«Зонтик в дождливую погоду»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
50.	март			дискуссия, беседа - лекция, психологическая игра, занятие	2	«Как рождаются сплетни»	«ГДТДиМ №1» 107	анализ самостоятельной

				с элементом тренинга, тестирование			кабинет	работы
51.	март			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Что делать с агрессией и гневом?»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
52.	март			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Полезные и опасные факторы для здоровья человека»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
53.	март			беседа - лекция, наглядно- демонстративный метод	2	«Природа лечит»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
54.	март			беседа - лекция, игровые технологии	2	«Воздействие шума на здоровье человека»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
55.	март			беседа, обмен мнениями, анкетирование, тестирование	2	«Образ природы в культуре России»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
56.	март			беседа, обмен мнениями, практическая работа	2	Воспитательное мероприятие «Планета – наш дом»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	педагогическое наблюдение
57.	март			беседа, обмен мнениями, анкетирование, тестирование	2	«Наш многонациональ ный Татарстан »	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	участие в конкурсе
58.	март			беседа, обмен мнениями, анкетирование, тестирование	2	«Экология республики и состояние здоровья подростающего поколения»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
59.	март			беседа - лекция,	2	«Виктимология-	«ГДТДиМ	участие в конкурсах

				психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование		наука о поведении жертвы»	№1» 107 кабинет	
60.	апрель			интеллектуальная игра	2	Воспитательное мероприятие «Интеллектуальн ая игра»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	участие в мероприятии
61.	апрель			эвристическая беседа, сбор и презентация идей, самостоятельная работа.	2	Воспитательное мероприятие «Солдатами не рождаются».	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	участие в конкурсе
62.	апрель			эвристическая беседа, творческая работа.	2	«Моя мечта»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
63.	апрель			практическая работа с элементами цветотерапии и звукотерапии	2	«Культура и красота движений»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	экспресс выставка
64.	апрель			беседа, обмен опытом, анкетирование, тестирование	2	«Любовь и дружба»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы
65.	апрель			учебное занятие, беседа, мозговой штурм, проектная деятельность, планирование	2	Творческий проект «Наш фоторепортаж»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ выполненной работы
66.	май			учебное занятие, беседа, проектная деятельность, практическая работа	2	Творческий проект «Наш фоторепортаж»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ выполненной работы
67.	май			интеллектуальная игра	2	Воспитательное мероприятие «Интеллектуальн ая игра»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	участие в мероприятии
68.	май			беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга, тестирование	2	«Принятие решений»	«ГДТДиМ№ 1» 107 кабинет	анализ самостоятельной работы

69.	май			учебное занятие, объяснительно- иллюстративный метод практическая работа	2	«Развитие внимания и памяти»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	анализ самостоятельной работы
70.	май			беседа, проектная деятельность, практическая работа	2	Итоговое занятие «Мы все можем!»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	экспресс выставка
71.	май			просмотр постановки. Обсуждение.	2	Посещение театра «Мастеровые»	«ГДТДиМ №1»107 кабинет	Обмен мнениями после просмотра спектакля и обсуждение.
72.	май			просмотр постановки. Обсуждение.	2	Посещение театра «Либерта»	«ГДТДиМ №1» 107 кабинет	Обмен мнениями после просмотра спектакля и обсуждение.

