

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Общеобразовательная школа № 14»
(МБОУ ОШ № 14)**

184511, Мурманская обл., г. Мончегорск, ул. Комсомольская, д. 24, тел./факс 8(81536) 7-24-05, e-mail:school14@edumonch.ru
ОКПО 36697324, ОГРН 1025100655216, ИНН/КПП 5107110333/510701001

Приложение к адаптированной основной
образовательной программе основного общего
образования, утверждённой приказом от «27» марта
2017г. № 57 (в редакции приказов от 31.08.18г. № 144;
от 30.08.2019г. № 185-ОД; от 11.06.2020г. № 98-ОД)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Все цвета кроме черного»**

5-9 классы

*для детей с ограниченными возможностями здоровья
(задержкой психического развития)*

I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВСЕ ЦВЕТА, КРОМЕ ЧЕРНОГО»

Работа по программе «Все цвета, кроме чёрного» направлена на достижение конкретных результатов:

Личностные УУД:

1) самоопределение:

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

2) смыслообразования:

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения;

3) нравственно-этического оценивания:

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими.

Предметные УУД:

- создание условий для успешной адаптации в школе, класса;
- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
- сформированность важнейших учебных умений и действий.

Метапредметные УУД:

1) познавательные:

- формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение информации, моделирование;
- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;
- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;

- доказательство;
 - формулирование проблемы;
 - самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 2) коммуникативные УУД:
- планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
 - инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
 - разрешение конфликтов;
 - управление поведением партнёра точно выражать свои мысли;
- 3) регулятивные УУД:
- целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);
 - планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
 - контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона);
 - коррекция (внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта);
 - оценка (выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения);
 - волевая саморегуляция (способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий).

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Обучение осуществляется на основе общих методических принципов:

- принцип развивающей деятельности: игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом;
- принцип активной включенности каждого ребенка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны;

- принцип доступности, последовательности и системности изложения программного материала.

Основой организации работы с детьми в данной программе является система дидактических принципов:

- принцип психологической комфортности – создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса,
- принцип мини- тах – обеспечивается возможность продвижения каждого ребенка своим темпом;
- принцип целостного представления о мире – при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира;
- принцип вариативности – у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора;
- принцип творчества – процесс обучения сориентирован на приобретение детьми собственного опыта творческой деятельности.

Форма организации курса внеурочной деятельности: кружок.

Виды деятельности:

- 1) игровая деятельность;
- 2) познавательная деятельность;
- 3) проблемно-ценностное общение;
- 4) художественное творчество.
- 5) досугово - развлекательная деятельность
- 6) социальное творчество (социально преобразующая добровольческая деятельность)

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА 5 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	Содержание видов деятельности	
			Теория	Практика
1.	Знакомство с содержанием курса	Беседа	Знакомство с содержанием курса. Основные формы работы на занятиях.	

2.	Развитие представлений подростков о роли режима дня в жизни человека.	Беседа	Что изменилось в режиме дня с переходом в пятый класс. Важность режима дня для здоровья.	
3.	Формирование навыков оценки собственного режима дня.	Практикум	Правила, в соответствии с которыми разрабатывается режим дня. Какие бывают методы оценки.	Анализ актуального режима дня учащихся. Соотнесение с правилами составления режима. Оценка.
4.	Формирование навыка планирования собственного режима дня с учетом занятости	Практикум	Проблемы распределения времени школьников в прошлом веке и сейчас.	Работа в группах: каждая группа выбирает себе сферу планирования, затем все вместе обсуждают общий план на неделю.
5.	Расширение представления подростков о роли внимания для успешной учебы	Мини-тренинг	Понятие «внимание». Объем внимания. Виды внимания. Концентрация внимания. Пагубное влияние вредных привычек на внимательность. Функции внимания. Свойства внимания. Что мешает сосредоточиться.	Упражнение «слушай хлопок», «счет до десяти», «канон», «четыре стихии». Игра «мгновенная фотография», «треугольники и круги», «цифры», «спрятанные имена»
6.	Выявление способностей оценивать собственную внимательность			
7.	Развитие представлений о негативном влиянии вредных привычек на внимание			
8.	Освоение навыков развития внимательности			
9.	Основные характеристики и свойства внимания человека			
10.	Развитие представления подростков о роли памяти для успешной деятельности человека	Мини-лекция	Что такое память? Процессы памяти. Виды памяти. Особенности функционирования	
11.	Анализ уровня развития различных видов собственной памяти	Практикум	Расширение представлений о видах памяти	Методика «оценка оперативной памяти». Методика определения кратковременной памяти. Методика "Оперативная память". Методика "Образная память".

12.	Оценка личностных особенностей памяти	Практикум	Индивидуальные сочетания видов памяти. Типичные особенности памяти. Число Миллера. Мобилизационная готовность памяти.	Методика заучивание 10 слов». Методика «память на числа» Методика "Пиктограмма"
13.	Развитие представлений о негативных последствиях вредных привычек на характеристик памяти	Мини-лекция	Влияние вредных привычек на разрушение памяти человека. Механизм разрушения.	
14.	Homo sapiens - человек разумный	Беседа	Процессы становления человека. Жизнь и облик кроманьонца. Чем современный человек отличается от древнего.	
15.	Что такое мышление и его виды	Беседа, практикум	Раскрытие понятия мышление. Основные виды мышления: наглядно-образное, наглядно-действенное, словесно-логическое и др. Функции и задачи мышления.	Методики для определения типа мышления: «раздели на группы», «исключи четвертое лишнее»
16.	Роль мышления в познавательной деятельности	Мини-тренинг	Мыслительные процессы. Как и зачем развивать мышление.	Упражнения: «составление предложения из 3-х слов», «исключение лишнего», «поиск аналогов», «бесконечное предложение», «новое применение», «заполни пробел»
17.	Роль мышления в познавательной деятельности			
18.	Развитие творческого мышления	Беседа	Что такое творческое мышление. Способы развития. Обоснование смысла развития.	Упражнение «что может поместиться в твоём портфеле?», «нарисуй лица», «детское шоу», «магическая дверь», «что случилось», «зеркало».
19.	Здоровый образ жизни человека	Игра	Расширение представления детей о пагубных последствиях вредных привычек	Игра «путешествие в будущее»

20.	Я и мой характер	Беседа-игра	Расширение представления детей о том, что такое характер. Особенности характера. Черты характера. Сходства и различия в характере людей.	Психометрический тест. Упражнение «волшебные ладошки», «ты мне –я тебе».Конкурс капитанов.
21.	Характер – результат работы над собой.	Беседа-игра	Что такое самопознание, саморазвитие и самовоспитание. Методы самовоспитания.	Анализ рассказа «Каникулы на море». Игра «угадай». Упражнение «Самоанализ».
22.	Что значит быть ответственным	Практикум	Что такое ответственность. Безответственное поведение. Чувство ответственности.	Даем определение понятиям. Игра на внимание. Упражнение «хочу и могу». Тест ваше чувство ответственности.
23.	Поступки мои и окружающих	Практикум	Какие поступки можно считать хорошими. Развитие умения отвечать за свои поступки.	Игра «сделай правильный выбор». Анализ ситуаций по заданной теме. просмотр мультфильма «все для здоровья». Анализ истории «песок икамень».
24.	Воспитание волевых качеств	Беседа с элементами тренинга	Что такое воля. Признаки дисциплинированности и настойчивости	Упражнение «Я – это», «какой я?», «рисованное письмо инопланетянину». Анкета «ваш характер».
25.	Моя самооценка	Беседа	Что такое самооценка. Виды самооценки. Связь характера и самооценки. Как формируется самооценка. Факторы, влияющие на формирование самооценки.	
26.	Моя активность – двигатель моего развития	Мини-тренинг	Развитие представления о роли личной активности человека в	Игра «кто я, какой я». Самоанализ качеств: мои достоинства и недостатки.
27.	Моя активность – двигатель моего развития		достижении желаемого, личной ответственности за происходящее. Стремление к самосовершенствованию.	Игра «создание шедевра». Упражнение «диалог с чувством». Упражнение «ягоржусь тем, что я»

28.	Общение в моей жизни.	Беседа, практикум	Стороны общения. Навыки адекватного общения. Правила и приемы общения.	Работа в группах «расшифруй слово». Упражнение «ромашка чувств», «театр без слов», «найди ошибку.»
29.	Общение без конфликтов	Мини-тренинг	Конфликт. Виды конфликтов и причины их возникновения. Тактики поведения в конфликтных ситуациях	Упражнение «скелет рыбы». Упражнение - разминка: «Ветер дует на того...». Упражнение «Временные модели конфликтных реакций». Диагностическая методика «праздничный пирог». Упражнение «узкий мост».
30.	Общение без конфликтов			
31.	Я – лидер.	Беседа-практикум	Формирование представлений о лидерстве и лидерах. Типы лидеров. Качества лидера.	Упражнение «я рад тебя видеть», «лидерская удочка», «круг и я», «безкомандира». Тест «лидер ли я?»
32.	Внимание! Опасная компания.	Беседа, практикум	Асоциальное окружение – что это такое. Как окружение влияет на личность. Ценность здорового образа жизни.	Анализ и драматизация сказки «Три брата».
33.	Итоговое занятие: Вот и закончился год	Практикум	Анализ итогов работы в течение года.	Выявление уровня социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать результаты. Сформулировать план работы над собой в соответствии с результатами
34.	Азбука перемен «План самоизменения»			

6 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	Содержание видов деятельности	
			Теория	Практика

1.	Знакомство с содержанием курса	Беседа	Знакомство с содержанием курса. Основные формы работы на занятиях.	
2.	Режим дня: для каждого дела – своё время	Беседа-диалог	Развить представления подростков о роли режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможности реализовывать намеченное). Формирование навыков оценки собственного режима дня с точки зрения его влияния на здоровье. Основные правила составления режима дня.	- составление собственного режима дня для ученика 6-го класса - составление памятки
3.	Режим дня: для каждого дела – своё время			
4.	Режим дня: для каждого дела – своё время			
5.	Внимание. Правила самоорганизации внимания.	Мини-лекция	Знакомство с понятием. Виды внимания. Значение внимания для человека. Свойства внимания. Волевое регулирование. Особенности внимания.	Правила самоорганизации внимания.
6.	Диагностика внимания.	Диагностика	Диагностика внимания	Методика «Исправить ошибки». Методика «Счет». Корректирующая проба. Методика «Расстановка чисел». Методика оценки переключения и концентрации внимания. Методика Мюнстерберга.
7.	Диагностика внимания.			
8.	Тренируем внимание.	Мини-тренинг	Формирование интеллектуальных способностей учащихся, развитие внимания.	Игра «Пропусти число». Игра «Часы». Игра «Исправляем ошибки». Игра «Числа». Игра «Пишем предложения». Игра «Считаем вместе».
9.	Тренируем внимание.			

10.	На пути к здоровью	Беседа-игра	Влияние вредных привычек на формирование и развитие внимания.	Игра-активатор «Пирамида». Дискуссия «Что такое вредные привычки?». Психологическая игра «Слепой и поводырь».
11.	Секреты нашей памяти	Беседа	Развитие представлений подростков о роли памяти для успешной учебной деятельности. Развитие представлений о негативных последствиях вредных привычек на характеристики памяти.	Оценить личные особенности памяти. Анализ уровня развития различных видов памяти.
12.	Мышление. Развитие мышления.	Мини-лекция	Знакомство с понятием. Виды мышления. Значение мышления для человека. Свойства мышления. Волевое регулирование. Особенности мышления.	
13.	Энергия ума.	Диагностика	Диагностика мышления.	Методика выявления способности к обобщению понятий. Методика выявления способностей к исключению понятий. Методика на выявление способностей
14.	Энергия ума.			
15.	Развитие мышления.	Мини-	Формирование познавательной	Упражнение «Вежливые слова».

16.	Развитие мышления.	тренинг	мотивации. Развитие наглядно-образного и логического мышления. Развитие кругозора и речи.	Упражнение «Что лишнее». Упражнение «Складываем и считаем». Игра «Пол, нос, потолок». Упражнение «Нарисуй недостающую фигуру». Упражнение «Классификация».
17.	Влияние вредных привычек на индивидуальное развитие человека	Беседа-дискуссия	Что такое здоровый образ жизни и его влияние на развитие человека.	Упражнение «Придумайте и запишите мифы». Разработка памятки «Как здорово быть здоровым».
18.	Мои жизненные ценности.	Беседа-дискуссия	Знакомство с понятием «нравственная культура». Виды ценностей. знакомство с личными ценностями. Влияние ценностей на общество.	Упражнение «Волшебная подушка». Упражнение «Дом». Упражнение «Спор ценностей». Анализ притчи. Упражнение «Ромашка счастья».
19.	Дисциплина – это послушание или активная работа.	Беседа	Знакомство с понятием «Дисциплина». Нормы поведения. Зачем нужна дисциплина. Что такое самодисциплина.	Упражнение «Луноход». Игра «Сохрани слово в секрете». Игра «Раз, два, три».
20.	Как быть ответственным человеком?	Беседа	Что такое воля и ответственность. Нравственные ориентиры. Как воспитать уважительное отношение друг к другу. Саморегуляция.	Анализ рассказа В.А. Сухомлинского «Подсолнечник во время грозы». Игра «Составь пословицу». Составление правил ответственного человека. Заполнение карточки «Какие качества ответственного человека у тебя есть».
21.	Свобода человека.	Беседа	Что такое свобода личности. Чем ограничивается моя свобода действий. Выбор и ответственность за его последствия. Правомерное поведение. Признаки свободного общества.	

22.	Преступление и наказание	Беседа-дискуссия	Что такое преступление? Почему люди совершают преступления. Виды преступлений. Возраст наступления уголовной и административной ответственности. Виды наказаний.	Анализ предложенных ситуаций.
23.	Конфликты и способы их разрешения	Беседа с элементами тренинга	Что такое конфликт? Виды конфликтов. Причины конфликтов. Стратегии поведения в конфликтной ситуации.	Игра «Яблоко раздора». Упражнение «На мосту». Ролевая игра «Конфликт».
24.	Компромисс – зачем он нам?	Беседа-дискуссия	Что такое компромисс? Конструктивные способы выхода из конфликта.	Создание памятки «Поведение в конфликтной ситуации». Упражнение «Ассоциации». Анализ конфликтных ситуаций.
25.	Как побороть агрессию.	Мини-тренинг	Что такое агрессия, агрессивность. Портрет агрессивного подростка. Внутренний мир агрессивного человека.	Упражнение «Орех». Анализ притчи «О грязном белье». Игра «Путаница». Упражнение «Нарисуй вдвоем». Мозговой штурм «Как управлять своими эмоциями». Памятка «Как управлять эмоциями». Релаксационное упражнение «Выбрось». Упражнение «Обойди конфликт». Анализ притчи «Ангел- хранитель». Упражнение «Скрепка».
26.	Как побороть агрессию.			
27.	Как побороть агрессию.			
28.	Как побороть агрессию.			

29.	Отношения между людьми.	Беседа	Типы отношений между людьми и взаимодействия. Партнерские взаимоотношения. Сотрудничество. Соперничество. Взаимное доверие. Правила поведения при работе друг с другом. Конструктивная оценка.	
30.	Секреты сотрудничества	Деловая игра	Что такое коллектив. Климат в коллективе. Что такое сотрудничество. Правила сотрудничества.	Деловая игра «Газета». Игра «Аплодисменты по кругу».
31.	Коммуникативная компетентность	Мини-тренинг	Коммуникация. Принципы коммуникации. Компетентность. Коммуникативная сторона компетентности.	Упражнение «Я рад общаться с тобой». Самопрезентация. Игра «связаны одной нитью». Игра «Друг к дружке». Игра «Бинго-бонго». Игра «Живое зеркало». Игра «Эмоциональный взрыв». Коллективный коллаж. Скульптурный портрет группы.
32.	Коммуникативная компетентность			
33.	Итоговое занятие: вот и закончился год.	Практикум	Подвести итоги работы в течение года.	Диагностика уровня социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать результаты. Составить план развития.
34.	Итоговое занятие: составление плана саморазвития.			

7 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	Содержание видов деятельности	
			Теория	Практика

1.	Вот и стали на год мы взрослей. Знакомство с правилами внутреннего распорядка учащихся.	Беседа	Что изменилось с переходом в 7 класс. Правила внутреннего распорядка учащихся школы.	
2.	Знакомство с понятиями «эмоции» и «чувства»	Практикум	Чувства. Эмоции. Положительные и отрицательные эмоции. Альтернативные способы борьбы с негативными эмоциями. Невербальное выражение эмоций	Упражнение «угадай эмоцию»; «ромашка»; «как я зол!»; упр. «Польза и вред эмоций»; упр. «Незаконченное предложение».
3.	Формы выражения эмоций	Беседа, практикум	Эмоциональная система. Ограничения эмоциональной системы. Выражение эмоций. Рекомендации по управлению эмоциями	Упражнение «эмоции в мимике», «крокодил», «замри»
4.	Освоение навыков саморегуляции эмоционального состояния	Тренинг	Приемы и способы саморегуляции	Упражнение «веревка». Обучение способам управления дыханием. Управление тонусом мышц, движения. Игра «Снежки».
5.	Роль эмоций и чувств в жизни человека	Мини-лекция	Аффект. Настроение. Страсть. Стресс. Фрустрация. Когда эмоции помогают/мешают. Динамика самочувствия, активности и настроения.	
6.	Проигрывание влияния эмоций и чувств на развитие жизненных ситуаций	Тренинг		Проблемная ситуация «Вспомни что-нибудь неприятное». Упражнение «Вспомни неприятную ситуацию и расслабься». Телесно ориентированное упражнение «Погода».
7.	Негативное влияние вредных привычек на способность человека управлять эмоциями	Беседа	Вредные привычки. Влияние зависимостей на эмоциональное состояние и умение управлять им.	

8.	Знакомство с процессом и техникой общения	Мини-тренинг	Что такое общение? Способы общения. Виды общения. Вербальная и невербальная коммуникация. Правила и приемы ведения беседы.	Мозговой штурм «Что такое общение?». Упражнение «Пойми меня». Упражнение-разминка «Островок безопасности». Составление правил общения.
9.	Роль общения в жизни человека	Беседа	Ценность каждой. Эмоциональное раскрепощению и снятие напряжения во время общения. слушать других, не перебивая.	Упражнение «Приветствие – ключ к общению», «назови сильные стороны», «портрет группы».
10.	Овладение навыками коммуникативной и социальной компетентности	Беседа	Самопрезентация. Что такое компетентность. Виды компетентности. Групповое взаимодействие. Вербальные средства коммуникации.	Упражнение «мой сказочный герой», «компьютер», «поиск предметов». Навыки «самопрезентации».
11.	Проигрывание ситуаций выхода из конфликтного взаимодействия	Беседа с элементами тренинга	Понятие «конфликт». Природа конфликта. Методы выхода из конфликтных ситуаций. Конструктивный выход из конфликта.	Игра «скажи другому комплимент». Ролевое проигрывание конфликта с позитивным решением. Игра «король».
12.	Обсуждение последствий вредных привычек и умение отказать	Ролевая игра	Ценность здорового образа жизни. Что вредно и полезно для здоровья. Охрана своего здоровья.	Познавательная игра «Ящик вредных глупостей»
13.	Что такое совместная деятельность	Мини-лекция	Что такое деятельность. Виды деятельности. Совместная деятельность. Что такое социальная группа. Мотивы совместной деятельности. Правила работы в группе.	

14.	Знакомство со способами эффективного взаимодействия	Занятие с элементами тренинга	Чувственное восприятие. Управление эмоциями. Экспрессивное поведение. Межличностное доверие. Вербальные и невербальные средства общения.	Упражнение «назови эмоцию», «меняемся местами», «безопасное место», «змеяка», «зеркало», «кто это?», «одинаковые скульптуры»
15.	Совместная деятельность и готовность к сотрудничеству как наиболее эффективный способ взаимодействия	Занятие с элементами тренинга	Формы сотрудничества в рамках учебной деятельности. Продуктивное общение. Коллектив.	Игра «а я считаю так...», «домино», «российский экспресс». Разработка карточки-правил по выстраиванию эффективного взаимодействия.
16.	Нетерпимость – показатель низкой культуры	Беседа, практикум	Масштаб и опасность проявления нетерпимости. Причины и следствия непонимания, возникающие между представителями разных культур. Социальное воображение и социальная перцепция.	Упражнение «карта нетерпимости», «групповая картинка», «паутина предрассудков». Игра «карамбия».
17.	Толерантность и мы	Беседа	Что такое толерантность. Черты толерантности. Толерантное поведение. Уважение друг к другу.	Тест «Проявляешь ли ты толерантность?».
18.	Проектная деятельность как способ совместной работы	Беседа	Что такое проект. Виды проектов. Задачи проектной деятельности. Преимущества проектной деятельности. Этапы работы над проектом.	
19.	Мои жизненные ценности	Беседа	Что такое ценности. Истинные и мнимые ценности. Самосовершенствование. Саморазвитие. Ответственность за свою жизнь.	Притча «о царе Соломоне», «о каменотесах».

20.	Правильный выбор	Беседа	Здоровый образ жизни. Последствия вредных привычек. Способы психологической защиты от вовлечения в зависимости.	
21.	Сопrotивление давлению	Беседа с элементами тренинга	Групповое давление. Конформность. Виды группового давления. Уверенность в себе. Признаки уверенного человека. Приемы отказа от зависимостей.	Игра «разожми кулак». 8 способов сказать «нет». Способы выхода из заданных ситуаций. Дискуссия «как использовать приемы отказа».
22.	Критическое мышление	Беседа с элементами тренинга	Что такое мышление. Виды мышления. Критическое мышление. Признаки критического мышления. Мыслительные операции.	Упражнение «корзина идей», «верные и неверные утверждения», «свободное письмо», «толстые и тонкие вопросы».
23.	Позитивная критика	Беседа	Что такое критика. Виды критики. Характеристики позитивной критики. Цель позитивной критики.	Упражнение «Я-послание».
24.	Уверенное поведение и воздействие на собеседника	Беседа с элементами тренинга	Уверенное поведение. Характеристики уверенного поведения. Внешние признаки уверенного человека. Умения уверенного человека.	Упражнение «повтори за мной», «рисунок по кругу», «откровенно говоря», «молодец», «абстрактная живопись», «круг уверенности».
25.	Воспитываем характер	Беседа, практикум	Необходимость самовоспитания и самосовершенствования. Черты характера. Культура общения. Воля и ответственность.	Упражнение «черты характера», «скажи о себе», «мои поступки». Анализ пословиц
26.	Я абсолютно спокоен	Мини-	Эмоциональное состояние	Упражнение «ромашка: я хвалю себя

27.	Техники релаксации и снятия напряжения	тренинг	человека. Эмоциональное напряжение. Стратегии самопомощи. Саморегуляция.	за то, что...», «вулкан», «солдат и тряпичная кукла», «рисуем кошку». Техника «вода, земля, огонь и воздух». Упражнение «гимнастика Гермеса». Техника «метод диссоциации», «дыхание», «расслабление», «цветовоедыхание»
28.	Кризис: выход есть	Мини-тренинг	Что такое кризис. Кризисная ситуация. Последствия рискованного поведения. Стратегия выхода из кризиса.	Упражнение «ужасно-прекрасный рисунок», «кризисные ситуации», «мешок идей». Притча «урок бабочки». Стратегии выхода.
29.	Стратегии выхода из кризисных ситуаций			
30.	Важность чужого мнения	Беседа	Что такое мнение человека. Уважение к другому. Неуверенное поведение.	
31.	Эффективные способы убеждения	Беседа	Приемы ведения спора. Правила поведения во время спора и дискуссии.	Анализ речевых оборотов согласия и несогласия. Формулируем правила ведения спора и дискуссии.
32.	Моё будущее	Проектная деятельность	Представление о себе и своём будущем. Умение мечтать	Дискуссия «нужна ли цель в жизни». Упражнение «цели и дела», «закончипредложение», «дотянись до звезд», «спасательная шлюпка». Анализ препятствий к формированию будущего. Составление жизненного плана.
33.	Проектирование собственного будущего			
34.	Итоговое занятие	Беседа	Подведение итогов, анализ полученных знаний.	

8 КЛАСС.

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	Содержание видов деятельности	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Помогая другим, помогаю себе.	Беседа	Проблемы взаимоотношений между людьми. Жизненные ценности. Моральные нормы	Видеоролик «делай добро, и оно к тебевернется»
2.	«Лестница успеха». Формирование творческой группы	Исследовательский проект	Нравственные ценности. Истинные и мнимые ценности. Самосовершенствование. Ответственное отношение к жизни. Что такое социальная успешность.	Обсуждение ситуации «мнимые ценности».
3.	Презентация результатов исследовательского проекта лестница успеха			Интерактивная беседа «истинные ценности человека»
4.	Дискуссия: обсуждение результатов задания «Лестница успеха»			Составление проекта «лестница успеха»
5.	Поведение в конфликтной ситуации	Беседа	Конфликтная ситуация. Причины возникновения конфликта. Виды конфликтов. Оценка собственного поведения в конфликте.	
6.	Игра «требуется совет»	Мини-тренинг	Сценарии выхода из конфликта. Правила предупреждения конфликтов.	Совместная разработка правил выхода из конфликта и способов его предупреждения. Проигрываниеситуаций.
7.	Выполнение задания «Фундамент»	Беседа с элементами тренинга	Конфликтная ситуация и конфликт. Практика решения конфликтов. Уровень конфликтности.	Задание «фундамент»
8.	Выполнение задания «Консультант»	Беседа с элементами тренинга	Посредник в решение конфликтов. Функции и роль посредника.	Задание «консультант»

9.	Тихая дискуссия «требуется совет»	Дискуссия	Что такое тихая дискуссия. В чем её функция. Вредные привычки. Профилактика вредных привычек.	Письменный анализ высказываний.
10.	Презентация интересные маршруты	Мини-лекция	Расширение осведомленности подростков о городе, в котором они живут, формирование представления о своей причастности к жизни города, о помощи, которую они могут оказать другим людям. Ознакомление подростка с формами организованного досуга, которые существуют, стимулирование интереса к содержательным формам досуга	Разработка проекта на заданную тему: подросток выбирает интересующую тему, которая рассказывает о его городе с непривычной точки зрения.
11.	История твоего города презентация	Мини-лекция		
12.	Проект карта интересного маршрута	Исследовательский проект		
13.	Презентация проекта			
14.	Творческое задание «пишем книгу рекордов»	Творческий	Что такое книга рекордов	Учащиеся делаются на группы, выбирают
15.	Результаты творческого задания «пишем книгу рекордов»	проект	Гиннеса. Способности и таланты. Мечты и стремления людей. Представление «лестниц успеха». Самоанализ. Саморазвитие.	школьную выдающуюся личность и готовят проект с представлением информации для школьной книги рекордов.
16.	Творческое задание визитная карточка	Тренинг	Внимательное отношение к себе и своей личности. Самооценка и способы её повышения. Осознание непохожести.	Упражнение «мои положительные черты», «никто из вас не знает, что я...», «письмо самому себе». Творческая работа: разработка визитной карточки.
17.	В чем моя уникальность			
18.	Увлечение – вторая натура	Беседа	Что такое хобби. Какие бывают увлечения. Увлечения великих людей. В чем польза организации свободного времени. Увлечение и профессия.	

19.	Разговор о молодежных субкультурах	Беседа	Виды молодежных субкультур. Толерантность к различным субкультурам. Положительные и отрицательные стороны субкультур. Отличительные характеристики субкультур.	
20.	Безопасный мир	Викторина		Викторина «Безопасный мир»
21.	Мой мир без агрессии	Беседа	Что такое агрессия. Формы агрессии. Признаки агрессии. Виды агрессии. Рекомендации по сдерживанию агрессии.	Упражнение «закончи предложение»
22.	Как справиться со стрессом	Беседа	Что такое «стресс». Причины возникновения стресса. Виды стресса. Защита от стресса. Самообладание.	Игра «дорисуй и передай», «лимон», «незаконченные предложения».
23.	Основные способы снижения тревоги	Беседа с элементами тренинга	Что такое тревожность. Проявления тревожности. Способы снижения тревожности. Физиологическая сторона тревожности. Влияние образа жизни на тревожность.	Работа в индивидуальных бланках «Я тревожусь в ситуациях, когда...». Работа в бланках «Если я тревожусь, я обычно...». Здоровые и нездоровые способы преодоления напряженного состояния. Чтение рассказа «Вот если бы все было не так» Из цикла сказок о «Веселом Памси».
24.	Моя жизненная роль.	Беседа	Личность. Ценность и уникальность личности. Навыки самопознания.	Анкета «вот я какой!». Игра «найди своё место». Упражнение «орехи»
25.	Ценность моей и твоей личности.	Беседа, практикум	Понятие личности. Структура личности. Разница понятий: индивидуальность и личность. Черты личности	Упражнение «автопортрет», «дом», «клубок».

26.	Я хозяин своей жизни	Мини-тренинг	Факторы, влияющие на человека. Внутренние ресурсы. Ответственность за свою жизнь. Вредные привычки.	Упражнение «Я высказывания», «списокудовольствий», «прошлое, настоящее, будущее», «мечта»
27.	Уверенность в себе – залог успеха в жизни	Беседа с элементами тренинга	Сильные стороны характера. Тревожность. Последствия тревожности. Возможности человека.	Упражнение «контакты», «слова», «ищудруга», «портрет в лучах солнца». Составление списка советов.
28.	Мои жизненные цели	Беседа с элементами тренинга	Что такое цель и установка. Ресурсы. Виды целей. Правила постановки целей.	Упражнение «ладошка», «групповое рисование картинок», «список мечтаний», «хочу-могу-надо», «нити дружбы»
29.	Твоё здоровье – твоё богатство	Беседа	Здоровый образ жизни. Примеры вредных привычек и зависимого поведения. Правила гигиены. Охрана окружающей среды.	Составление «цветка здоровья».
30.	Зависимое поведение	Беседа	Причины, формы зависимости. Навыки анализа. Критическая оценка информации.	
31.	Правильное питание	Беседа	Рациональное питание. Влияние пищи на жизнедеятельность. Рациональное питание и здоровый человек. Системы питания.	Составление правил пищевого рациона человека.
32.	Спортивный ли ты человек	Беседа	Здоровый образ жизни.	Тестирование «здоровый образ жизни».
33.	Великие спортсмены	Проектная работа	Морально-нравственные аспекты здорового образа жизни, значение спорта в жизни человека. Ложное действие "удовольствия", получаемого от зависимостей и непоправимые последствия их использования.	Мультфильм «запретные игры». Проектная работа «великие спортсмены».

34.	Итоговое занятие	Беседа	Подведение итогов. Что мы узнали за год.	
-----	------------------	--------	--	--

9 КЛАСС.

№ п/п	Тема занятия	Форма организации	Содержание видов деятельности	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила и цели групповой работы.	Беседа	Установление внутригрупповых норм. Проработка целей и желаемых результатов.	
2.	Наше здоровье – в наших руках.		Продолжение формирования основных правил здорового образа жизни. Разумное отношение к своему здоровью. Причины болезни людей. Гигиена. Правильное питание.	Анализ притчи «О больном короле». Игра «Правда ли...». Игра «Разбросмнений». Создание памятки «Если хочешь быть здоров»
3.	В здоровом теле – здоровый дух.	Мини-лекция	Зарядка как фактор здоровья. Нарушение осанки и плоскостопие: причины, последствия, профилактика.	Анализ ситуаций.
4.	Слагаемые здоровья.	Мини-лекция	Что такое иммунитет. Наследственные заболевания. Факторы, влияющие на иммунитет. Как сохранить здоровье.	

5.	Мотивация быть здоровым.	Беседа с элементами тренинга	Ответственность за свое здоровье. Активная жизненная позиция. Негативное влияние вредных привычек на самочувствие подростка. Важность целостности здоровья.	Упражнение «Интервью». Упражнение «Скрепка». Игра «Найди себе пару». Упражнение «Угроза жизни». Упражнение «Преимущества здоровья».
6.	Путь к здоровью			Составление личного плана сохранения и укрепления здоровья
7.	Здоровье как ценность.	Беседа-практикум	Влияние наркотических веществ на здоровье человека. Чем обусловлено здоровье. Что такое наркотические вещества.	Игра-разминка «Около меня есть свободное место». Упражнение «На что потратить жизнь». Упражнение «Медицинские последствия».
8.	Я как личность.	Мини-лекция	Личность и её характеристики. Влияние употребления наркотических веществ на личность молодого человека и его отношение к другим людям.	Игра разминка «Я уникален тем, что...». Игра «Построиться по...». Игра-разминка «Дерево, куст, трава».
9.	Противостояние давлению сверстников	Беседа, практикум	Умение сказать «нет» и противостоять давлению. Как распознать давление сверстников. Основные способы отказа.	Игра-разминка «Дотронуться до...». Игра «Конфеты». Упражнение «Скажи: «Нет». Анализ ситуаций.
10.	Семейные ценности	Дискуссия	Семья и её роль в жизни человека. Функции семьи. Жизненный идеал семьи. Специфика семейного воспитания. Семейные традиции.	Тест «Незаконченные предложения». Анализ рассказа В.А. Сухомлинского «Семь дочерей».
11.	Моё семейное древо	Исследовательский проект	Что такое род. Генеалогическое «дерево» семьи.	Анализ пословиц о родословной. Викторина. Составление генеалогического древа своей семьи.
12.	Моё семейное древо			

13.	А если это любовь?	Дискуссия	Что такое любовь. Какая бывает любовь. С чего начинается любовь. Идеальный образ партнера. Способы выражения чувств. Чем любовь отличается от влюбленности.	Тест «Незаконченные предложения». Анализ ситуаций. Ответы на вопросы. Работа с ассоциациями.
14.	Любовь или влюбленность?			Анализ ситуаций. Тест «Незаконченные предложения».
15.	Игра-тренинг «Скажем комплимент по кругу».	Мини-тренинг	Продолжение формирования основных правил вежливого общения.	Игра «Комплимент». Анализ ситуации. Игра-упражнение «Портрет моего друга в лучах солнца». Упражнение «Искусство отказать».
16.	Счастье в понимании другого.	Беседа с элементами тренинга	Что такое взаимопонимание. Причины отсутствия взаимопонимания. Мимика и жесты – ключ к пониманию других.	Упражнение «Словесный портрет». Упражнение «Прогнозируемый поступок». Анализ картин. Упражнение «О чем говорят глаза». Упражнение «Улови настроение класса». Анализ ситуаций.
17.	Что такое профессия.	Мини-лекция	Возникновение слова «Профессия». Профессия и специальность. Принципы обоснованного выбора профессии. Разумное планирование профессиональной карьеры	Тест «Треугольник, круг, квадрат»
18.	Классификация профессий		Классификация профессий по Е.А. Климова. Матрица профессий.	Соотнесение понятий и категорий. Анализ профессий.
19.	Формула выбора профессии.	Практикум	Формула выбора профессии «хочу, могу, надо». Зона оптимального выбора профессии.	Игра «Телеграф». Упражнение «хочу, могу, надо». Игра «Машина времени». Формулировка правил выбора профессии. Игра «Летает, не летает».

20.	Профессиональный план	Практикум	Жизненный и личный	Упражнение «Мои жизненные
21.	Профессиональный план		профессиональный план. Профессионально важные качества. Внутренние условия достижения цели.	приоритеты». Методика диагностики «Сила мотивации». Построение профессионального плана.
22.	Нет радости без печали.	Занятие	Жизненные трудности. Причины трудностей и способы их преодоления. Навыки конструктивного поведения в ситуации сложного выбора.	Анализ притчи «О трудностях». Упражнение «Через три года». Упражнение «Передай мяч, не используя ладони». Задание лилипуты и великаны.
23.	Роль общения в жизни человека.	Беседа с элементами тренинга	Общение. Зачем нужно общение. Способы общения. Трудности человека, связанные с общением.	Упражнение «Расшифруй». Упражнение «Умею ли я общаться». Игра «Общий язык». Анализ прослушанного фрагмента из жизни Авраама Линкольна.
24.	Стереотипы общения.	Лекция с элементами тренинга	Восприятие. Механизмы восприятия. Стереотип. Группы стереотипов. Факторы формирования стереотипов. Факторы, мешающие восприятию. Коммуникативные барьеры.	Упражнение разминка «Ярлык». Упражнение «Фойманы и Цейманы». Анализ ситуаций. Упражнение «Понял, не понял».
25.	Предвззудки в общении.	Мини-лекция	Что такое предвззудки и в чем их отличие от стереотипов. Скрытые формы предвззудков. Эмоциональные корни предвззудков. Влияние предвззудков.	

26.	Как научиться слышать и слушать?	Мини-тренинг	Типы слушания. Аспекты активного слушания. Типы слушания. Пассивное слушание. Активное слушание. Типы вопросов. Техника «Парафраз». Негативный и позитивный способ построения фраз. Я-высказывания.	Анализ ситуаций. Упражнение «Правильное и неправильное слушание». Упражнение «Неиспорченный телефон».
27.	Эмоциональный словарь.	Беседа, практикум	Основные виды эмоций. Отличия эмоций и чувств. Эмоциональные процессы. Первичные эмоции. Высшие эмоции. Мимическое выражение эмоций.	Упражнение «Угадай эмоцию». Упражнение «Мой эмоциональный опыт». Упражнение «Расскажи о себе». Упражнение «Стресс».
28.	Гнев. Пути преодоления.	Лекция с элементами тренинга	Что такое гнев. Ярость. Обида. Рекомендации по работе с гневом. Навыки самоконтроля.	Упражнение «Негативные чувства». Анализ притчи «Гнев и забор с гвоздями». Беседа «Дерево гнева». Упражнение «Мой гнев». Работа с рисунком «Я рисую гнев». Упражнение «Письма гнева»
29.	Побеждаем тревоги.	Лекция с элементами тренинга	Что такое тревожность и стресс. Способы преодоление тревожных состояний. Физиологическая сторона тревожности. Рекомендации по выходу из тревожного состояния.	Работа в бланках «Я тревожусь, когда я...», «Если я тревожусь, я обычно...». Анализ рассказа «Вот если бы было всёне так». Упражнение «Даже если... - В любом случае...». Упражнение «Расслабление под музыку».
30.	Умение управлять своим временем	Лекция с элементами тренинга	Тайм-менеджмент. Задачи тайм-менеджмента. Методы и приемы тайм-менеджмента. Матрица Эйзенхауэра. Мотивация.	Упражнение «Ассоциации». Заполнение матрицы Эйзенхауэра. Метод «Помидора».

31.	Моё свободное время.	Беседа	Что такое свободное время. Группы свободного времени. Увлечения.	Анализ притчи «Мудрец и сундук».
32.	Экзамены без стресса	Мини-	Что такое стресс и дистресс.	Упражнение «Суперручник». Игра
33.	Экзамены без стресса	тренинг	Влияние стресса. Приемы самообладания. Стрессоустойчивость. Физическое и психическое напряжение. Релаксация.	«Статуя уверенности и неуверенности». Упражнение «Приставным шагом». Упражнение «Концентрация на нейтральном предмете». Упражнение «Ресурсные образы». Притча «Об Ангеле». Стресс-тест.
34.	Итоговое занятие	Беседа	Подведение итогов. Что мы узнали за год.	

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма контроля	Количество часов
1.	Знакомство с содержанием курса		1
2.	Развитие представлений подростков о роли режима дня в жизни человека.	Беседа	1
3.	Формирование навыков оценки собственного режима дня.	Составление режима дня	1
4.	Формирование навыка планирования собственного режима дня с учетом занятости	Составление режима дня	1
5.	Расширение представления подростков о роли внимания для успешной учебы	Участие в тренинге	1

6.	Выявление способностей оценивать собственную внимательность		1
7.	Развитие представлений о негативном влиянии вредных привычек на внимание		1
8.	Освоение навыков развития внимательности		1
9.	Основные характеристики и свойства внимания человека		1
10.	Развитие представления подростков о роли памяти для успешной деятельности человека	Беседа	1
11.	Анализ уровня развития различных видов собственной памяти	Тест	1
12.	Оценка личностных особенностей памяти	Тест	1
13.	Развитие представлений о негативных последствиях вредных привычек на характеристик памяти	Беседа	1
14.	Homosapiense - человек разумный		1
15.	Что такое мышление и его виды		1
16.	Роль мышления в познавательной деятельности	Беседа	1
17.	Роль мышления в познавательной деятельности		1
18.	Развитие творческого мышления	Беседа	1
19.	Здоровый образ жизни человека	Дидактическая игра	1
20.	Я и мой характер	Дидактическая игра	1
21.	Характер – результат работы над собой.	Беседа	1
22.	Что значит быть ответственным	Тест	1
23.	Поступки мои и окружающих	Тест	1
24.	Воспитание волевых качеств		1
25.	Моя самооценка		1
26.	Моя активность – двигатель моего развития		1
27.	Моя активность – двигатель моего развития		1
28.	Общение в моей жизни.	Беседа	1

29.	Общение без конфликтов	Инсценировка	1
30.	Общение без конфликтов		1
31.	Я – лидер.	Беседа-	1
32.	Внимание! Опасная компания.	Беседа	1
33.	Итоговое занятие: Вот и закончился год	Составление плана самоанализа	1
34.	Азбука перемен «План самоизменения»		1

6 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма контроля	Количество часов
1.	Знакомство с содержанием курса		1
2.	Режим дня: для каждого дела – своё время	Составление режима дня	1
3.	Режим дня: для каждого дела – своё время		1
4.	Режим дня: для каждого дела – своё время		1
5.	Внимание. Правила самоорганизации внимания.	Оформление памятки	1
6.	Диагностика внимания.	Тест	1
7.	Диагностика внимания.		1
8.	Тренируем внимание.	Выполнение игровых упражнений	1
9.	Тренируем внимание.		1
10.	На пути к здоровью		1
11.	Секреты нашей памяти	Выполнение игровых упражнений	1
12.	Мышление. Развитие мышления.	Тест	1
13.	Энергия ума.	Тест	1
14.	Энергия ума.		1
15.	Развитие мышления.	Выполнение игровых упражнений	1
16.	Развитие мышления.		1

17.	Влияние вредных привычек на индивидуальное развитие человека	Инсценировка	1
18.	Мои жизненные ценности.	Инсценировка	1
19.	Дисциплина – это послушание или активная работа.		1
20.	Как быть ответственным человеком?	Составление памятки	1
21.	Свобода человека.		1
22.	Преступление и наказание		1
23.	Конфликты и способы их разрешения	Инсценировка	1
24.	Компромисс – зачем он нам?	Дидактическая игра	1
25.	Как побороть агрессию.	Выполнение игровых упражнений	1
26.	Как побороть агрессию.		1
27.	Как побороть агрессию.		1
28.	Как побороть агрессию.		1
29.	Отношения между людьми.	Беседа	1
30.	Секреты сотрудничества	Деловая игра	1
31.	Коммуникативная компетентность	Выполнение игровых упражнений	1
32.	Коммуникативная компетентность		1
33.	Итоговое занятие: вот и закончился год.	Составление плана саморазвития	1
34.	Итоговое занятие: составление плана саморазвития.		1

7 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма контроля	Количество часов
1.	Вот и стали на год мы взрослей. Знакомство с правилами внутреннего распорядка учащихся.	Беседа	1
2.	Знакомство с понятиями «эмоции» и «чувства»	Инсценировка	1
3.	Формы выражения эмоций	Выполнение игровых упражнений	1

4.	Освоение навыков саморегуляции эмоционального состояния	Беседа	1
5.	Роль эмоций и чувств в жизни человека	Беседа	1
6.	Проигрывание влияния эмоций и чувств на развитие жизненных ситуаций	Выполнение игровых упражнений	1
7.	Негативное влияние вредных привычек на способность человека управлять эмоциями	Беседа	1
8.	Знакомство с процессом и техникой общения	Инсценировка	1
9.	Роль общения в жизни человека	Беседа	1
10.	Овладение навыками коммуникативной и социальной компетентности	Беседа	1
11.	Проигрывание ситуаций выхода из конфликтного взаимодействия	Инсценировка	1
12.	Обсуждение последствий вредных привычек и умение отказать	Ролевая игра	1
13.	Что такое совместная деятельность		1
14.	Знакомство со способами эффективного взаимодействия	Выполнение игровых упражнений	1
15.	Совместная деятельность и готовность к сотрудничеству как наиболее эффективный способ взаимодействия	Занятие с элементами тренинга	1
16.	Нетерпимость – показатель низкой культуры	Оформление памятки	1
17.	Толерантность и мы	Беседа	1
18.	Проектная деятельность как способ совместной работы	Беседа	1
19.	Мои жизненные ценности	Беседа	1
20.	Правильный выбор	Инсценировка	1
21.	Соппротивление давлению	Выполнение игровых упражнений	1
22.	Критическое мышление	Выполнение игровых упражнений	1

23.	Позитивная критика	Беседа	1
24.	Уверенное поведение и воздействие на собеседника		1
25.	Воспитываем характер		1
26.	Я абсолютно спокоен	Ролевая игра	1
27.	Техники релаксации и снятия напряжения		1
28.	Кризис: выход есть	Выполнение игровых упражнений, составление памятки	1
29.	Стратегии выхода из кризисных ситуаций		1
30.	Важность чужого мнения	Беседа	1
31.	Эффективные способы убеждения	Инсценировка	1
32.	Моё будущее	Проект	1
33.	Проектирование собственного будущего		1
34.	Итоговое занятие	Беседа	1

8 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма контроля	Количество часов
1.	Вводное занятие. Помогая другим, помогаю себе.	Беседа	1
2.	«Лестница успеха». Формирование творческой группы	Проект	1
3.	Презентация результатов исследовательского проекта лестница успеха		1
4.	Дискуссия: обсуждение результатов задания «Лестница успеха»		1
5.	Поведение в конфликтной ситуации	Инсценировка	1
6.	Игра «требуется совет»	Выполнение игровых упражнений	1
7.	Выполнение задания «Фундамент»	Выполнение игровых упражнений	1
8.	Выполнение задания «Консультант»	Выполнение игровых упражнений	1
9.	Тихая дискуссия «требуется совет»		1
10.	Презентация интересные маршруты	Презентация	1
11.	История твоего города презентация	Презентация	1
12.	Проект карта интересного маршрута	Проект	1
13.	Презентация проекта		1

14.	Творческое задание «пишем книгу рекордов»	Проект	1
15.	Результаты творческого задания «пишем книгу рекордов»		1
16.	Творческое задание визитная карточка	Проект	1
17.	В чем моя уникальность		1
18.	Увлечение – вторая натура	Беседа	1
19.	Разговор о молодежных субкультурах	Беседа	1
20.	Безопасный мир	Викторина	1
21.	Мой мир без агрессии	Инсценировка	1
22.	Как справиться со стрессом	Беседа	1
23.	Основные способы снижения тревоги	Беседа с элементами тренинга	1
24.	Моя жизненная роль.	Выполнение игровых упражнений	1
25.	Ценность моей и твоей личности.		1
26.	Я хозяин своей жизни		1
27.	Уверенность в себе – залог успеха в жизни	Ролевая игра	1
28.	Мои жизненные цели	Беседа с элементами тренинга	1
29.	Твоё здоровье – твоё богатство	Беседа	1
30.	Зависимое поведение	Беседа	1
31.	Правильное питание	Беседа	1
32.	Спортивный ли ты человек	Беседа	1
33.	Великие спортсмены	Проект	1
34.	Итоговое занятие	Беседа	1

9 класс

№ п/п	Тема занятия	Форма контроля	Количество часов
1.	Вводное занятие. Правила и цели групповой работы.	Составление памятки	1
2.	Наше здоровье – в наших руках.	Составление памятки	1
3.	В здоровом теле – здоровый дух.	Презентация	1
4.	Слагаемые здоровья.		1
5.	Мотивация быть здоровым.	Беседа	1

6.	Путь к здоровью		1
7.	Здоровье как ценность.	Беседа	1
8.	Я как личность.	Беседа	1
9.	Противостояние давлению сверстников	Выполнение игровых упражнений	1
10.	Семейные ценности	Дискуссия	1
11.	Моё семейное древо	Проект	1
12.	Моё семейное древо		1
13.	А если это любовь?	Беседа	1
14.	Любовь или влюбленность?		1
15.	Игра-тренинг «Скажем комплимент по кругу».	Игра	1
16.	Счастье в понимании другого.	Выполнение игровых упражнений	1
17.	Что такое профессия.		1
18.	Классификация профессий		1
19.	Формула выбора профессии.	Составление памятки	1
20.	Профессиональный план	Составление плана	1
21.	Профессиональный план		1
22.	Нет радости без печали.		1
23.	Роль общения в жизни человека.	Беседа	1
24.	Стереотипы общения.		1
25.	Предрассудки в общении.		1
26.	Как научиться слышать и слушать?	Выполнение игровых упражнений	1
27.	Эмоциональный словарь.	Составление памятки	1
28.	Гнев. Пути преодоления.	Выполнение игровых упражнений	1
29.	Побеждаем тревоги.	Ролевая игра	1
30.	Умение управлять своим временем	Составление расписания	1
31.	Моё свободное время.	Беседа	1
32.	Экзамены без стресса		1
33.	Экзамены без стресса		1
34.	Итоговое занятие	Беседа	1