

Российская Федерация
Республика Хакасия

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
муниципального образования г. Саяногорск
средняя общеобразовательная школа № 5.**

РАССМОТРЕНО:

методическим объединением социально-
психологической службы
Протокол № 1 от 29.05.2024г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ СОШ № 5
Приказ № 117 от 02.09.2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление: комплекс воспитательных мероприятий

Форма организации: кружок «Я в мире...Мир во мне...»

Основное общее образование, 5-9 класс

Период реализации: 1 год

Трудоемкость программы: 7 часов

Разработана на основе:

- Положения «О рабочей программе», утвержденного приказом директора МБОУ СОШ № 5 от 13.09.2021г. № 168
- Программа профилактики суицидального поведения детей и подростков в образовательной среде «Маршрут безопасности -2.0»

Автор - составитель программы:
Гичева С.И. педагог-психолог
Акимова В.Н. педагог - психолог

г. Саяногорск 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа кружка «Я в мире...Мир во мне...» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта. Программа является модифицированной, разработана педагогом-психологом.

Рабочая программа составлена на уровень основного общего образования по направлению комплекса воспитательных мероприятий.

Актуальность программы – потребности современного общества возлагают на школу задачи не только качественного обучения, но и воспитания Человека высоконравственного, духовно богатого, способного адаптироваться к процессам, происходящим в современном мире. Воспитание является одним из важнейших компонентов образования в интересах человека, общества, государства. Воспитание должно способствовать развитию и становлению личности ребенка, всех ее духовных и физических сил и творческих способностей; Вести каждого ребенка к новому мироощущению, мировоззрению, основанному на признании общечеловеческих ценностей в качестве приоритетных в жизни.

Программа кружка «Я в мире...Мир во мне...» предусматривает воспитание Благородного человека, Гражданина России, создает условия для развития личности и ее самореализации. Как раз то, что мы хотим видеть в наших детях, несущее им и нам счастье и радость жизни. Воспитание гражданина - одно из главных условий национального возрождения, что предполагает освоение и реализацию ребенком своих прав и обязанностей по отношению к себе самому, своей семье, коллективу, родному краю, Отечеству. Формируя гражданина, мы, прежде всего, должны видеть в нем человека.

Практическая значимость программы - профилактика суицидального поведения у подростков через осознание собственных жизненных планов, ценностей, целей; развитие способностей планирования своей деятельности.

Данная профилактическая программа направлена на развитие интереса подростков к познанию собственных возможностей, проектирование положительного образа будущего, на повышение ресурсов психологического противостояния негативным факторам среды.

Общая характеристика программы

В ходе реализации Программы ведущими являются следующие методы работы с детьми:

- Личностно-направленные, когда содержание становится актуальным для каждого ребенка;
- Стимулирующие, когда через диалог поддерживается свобода высказывания, что способствует раскованности, пробуждение у детей интереса к нравственным проблемам и созданию общественного мнения;
- Развивающие нравственное сознание;
- Активизирующие, пробуждающие творческие способности личности, его эмоциональную сферу.
- Проектирование позитивных жизненных целей.
- Формирование мотивации и способности к их достижению.
- Осознание ценности и уникальности собственной личности.
- Овладение навыками конструктивного общения со сверстниками (умением договариваться, уступать, сделать вклад в общее дело, признавать успехи других, обосновывать свою точку зрения, задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром).
- Повышение ответственности подростков за собственные поступки.
- Раскрытие творческого потенциала подростков и актуализация стремления к его реализации.
- Формирование установки на здоровый образ жизни.

Форма организации работы по программе в основном - коллективная, а также используется групповая и индивидуальная формы работы.

Основной формат профилактических занятий- интерактивный, что позволяет:

- Строить обучение не только путем информирования, а с помощью эмоционального вовлечения обучающихся, что создает условия для изменения установок и мировоззрения учащихся;

- Создавать в ходе занятия условия для получения обучающимися личного опыта, позволяющего сделать собственные выводы в пользу адаптивного поведения;

- Проходить обучение в нетрадиционной форме, с использованием современных технических средств и общения в игровом и тренинговом формате, что создает у учащихся дополнительную мотивацию;

- Построить программу с учетом основных возрастных социально-психологических особенностей детей и подростков.

Реализация программы рассчитана на один год. Занятия проводятся 1 раз в месяц. Общее кол-во часов в год - 7 часов. Работа проводится в форме аудиторных (теоретических) и внеаудиторных (практических) занятий. Часы программы могут быть реализованы:

- ✓ в течение учебной недели;
- ✓ в период каникул;
- ✓ в выходные и нерабочие праздничные дни;
- ✓ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Программа обучения построена по принципу от «простого к сложному» и углубления теоретических знаний и практических умений на каждом последующем этапе обучения.

Возраст детей, которым адресована программа 10-15 лет.

Программа учитывает особенности обучения детей среднего возраста их психологические особенности. На каждом занятии органически сочетается изучение нового и повторение пройденного материала. Программа предусматривает итоговые занятия по каждой теме в форме игр, викторин, тестов, контрольных срезов.

Программа рассчитана на занятия в оборудованном кабинете, где имеются компьютеры, проекторы, флип чарты, психологический инструментарий для проведения игр.

1. Цель и задачи программы

Целью программы является:

- формирование навыков адаптивного поведения обучающихся для профилактики у них суицидальных намерений;
- формирование у детей и подростков ценности собственной жизни.

Задачи программы:

- ✓ обучающие – развитие познавательного интереса к своей личности, развитие мотивации и постановки жизненных целей. Развить способность осознавать и понимать свои эмоции
- ✓ воспитательные - формирование общественной активности личности, представлений об эстетических идеалах и ценностях.
- ✓ развивающие – развитие личностных свойств: самостоятельности, ответственности, управление своими эмоциями, целеполагание, мотивация к учебе, ценностные ориентации. Формирование толерантности, подготовка обучающихся к бесконфликтному, конструктивному взаимодействию с другими людьми. Создание условий для развития личности, для вхождения ее в гражданское правовое общество через становление отношений к окружающему миру и к себе в нем.

2. Планируемые результаты освоения программы

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трём уровням:

первый – основная функция – познавательная.

- самоанализ (способность понимать свои чувства и то, какое влияние собственное поведение оказывает на окружающих);
- асертивность (способность ясно выражать свои чувства и мысли и проявлять твёрдость убеждений, принимая во внимание предпочтения и реакции других людей);
- положительная самооценка (умение оставаться в согласии с собой, уважать себя и воспринимать положительно);
- независимость (способность самостоятельно принимать решения и контролировать себя)
- самореализация (стремление к максимальному развитию и способность реализовывать свой потенциал);
- оптимизм (энтузиазм в любом виде деятельности, умение видеть светлую сторону во всем);
- толерантность к стрессу (способность противостоять стрессовым ситуациям без симптомов физического или эмоционального напряжения);
- контроль импульсивности (умение устоять перед побуждением действовать на волне эмоций);
- решение проблем (способность выявлять и находить пути решения, способность концентрироваться и сосредотачиваться).

второй – основная функция – формирование личностного отношения.

- эмпатия (умение понимать чувства других и способность дать им понять, что вам известны их чувства);
- гибкость поведения (способность согласовывать свои чувства, мысли и действия с меняющимися обстоятельствами).
- получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

третий – основная функция – деятельностная.

- социальная ответственность (способность к взаимовыгодному сотрудничеству, включающая в себя совесть, нравственность и заботу о ближнем);
- межличностные отношения (способность устанавливать и поддерживать взаимовыгодные отношения, основанные на чувстве эмоциональной близости, умение чувствовать себя свободно и комфортно в социальных контактах);
- получение школьником опыта самостоятельного общественного действия.

Планируемые результаты формируемые и совершенствуемые УУД при реализации программы внеурочной деятельности кружка «Я в мире...Мир во мне...»:

Личностные результаты: формирование базовых понятий из области психологии общения, психологии эмоций, эмоционального интеллекта; развитие осознания и понимания собственных эмоций и эмоций окружающих; сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;

Метапредметные результаты: развитие способности к эмпатии, пониманию своих переживаний, и состояний других людей; обучение способам поведения в отношениях с другими, умению устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать, избегать конфликтных ситуаций.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будет формироваться способность контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

В сфере познавательных универсальных учебных действий обучающиеся получают знания об основных категориях и понятиях этики, основных положительно нравственных качеств человека; Освоят общие понятия гражданско-правового сознания.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий будет формироваться умение учитывать позицию собеседника (партнера), организовать и осуществлять

сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать содержание и условия деятельности в сообщениях.

Предметные результаты: развитие навыков произвольного управления своим поведением, регулированием эмоционального состояния, профилактика переутомления и снижения работоспособности; повышение стрессоустойчивости во время интеллектуальных испытаний. Формирование у детей и подростков ценности собственной жизни

3. Содержание кружка внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

<i>Содержание раздела</i>	<i>Виды внеурочной деятельности</i>	<i>Формы организации внеурочной деятельности</i>
Эмоциональный интеллект. Формирование навыка невербального выражения различных эмоций. Развитие умения определять эмоции у других людей. Расширение репертуара знакомых чувств и эмоций. Формирование умения определять свои чувства и эмоции по зонам позитивные, негативные, амбивалентные. Установление связи эмоциональных переживаний и телесных проявлений. Знакомство с техниками регуляции эмоций. Формирование умения определять собственные переживания и возвращаться в продуктивное состояние.	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Познавательные и дидактические игры, упражнения.
Ценностные ориентации. Определение собственных ценностей. Развитие способности ориентироваться в спектре возможных ценностей.	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Познавательные и дидактические игры, упражнения. Мини лекция
Идентичность / Образ-Я. Диагностика представлений учащихся об идентичности. Актуализация тематики занятия. Проблематизация. Исследование своих социальных ролей и Образа-Я. Понимание того, что все люди во многом похожи. Актуализация баланса личных особенностей и качеств человека и групповых норм и ценностей. Формирование позитивной личной и социальной идентичности. Формирование позитивной личной и социальной идентичности. Интеграция и формирование позитивной личной и социальной идентичности. Интериоризация и ассимиляция полученного опыта на занятии.	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Визуализация, упражнения, познавательные игры.
Коммуникации / Конфликты. Получение опыта взаимодействия в ограниченных условиях. Получение опыта анализа конфликтной ситуации и прогнозирования поведения участников конфликта. Предоставление практического материала для работы. Получение представлений о различных стратегиях поведения в конфликте. Понимание применимости и поведенческих проявлений каждой стратегии. Рассмотрение сотрудничества как наиболее эффективного поведения в конфликте. Понимание необходимости обучения эффективному поведению в конфликтах. Получение позитивного опыта разрешения конфликтной ситуации. Понимание необходимости собственных усилий для достижения сотрудничества. Закрепление. Мотивация на развитие качеств коммуникативно-компетентной личности.	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Интерактивный эксперимент «Сбор орехов» Игра «Дьявольские башни» Ролевая игра

Личные границы. Диагностика представлений учащихся по основным понятиям занятия. Формирование представлений об основных понятиях по тематике занятия. Формирование личных границ, исследование личного пространства, взаимодействия с другими. Предоставление практического материала для работы. Закрепление представления о своих личных границах (визуализация их в виде карты)	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Интерактивный эксперимент «Социальная дистанция». Мини-лекция «Социальная дистанция» Упражнения
Управление стрессом. Диагностика представлений учащихся о стрессе. Формирование представлений об основных понятиях по тематике занятия. Получение опыта анализа ситуации стресса и нахождения способов его регуляции. Предоставление практического материала для работы. Анализ последствий стрессов. Знакомство с эмоциями. Понимание необходимости обучения эффективным способам регуляции негативных последствий стресса. Получение представлений о различных способах регуляции негативных последствий стресса. Знакомство с понятием «рефрейминг» и его видами. Получение позитивного опыта снятия волнения с помощью дыхательной гимнастики. Пополнить свой запас способов преодоления стресса. Мотивация на развитие навыков регуляции состояния стресса.	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Интерактивный эксперимент «Как возникает стресс» Мини-лекция Практикум по рефреймингу Дыхательная гимнастика
Взаимодействие с миром других людей. Исследование барьеров общения, факторов, искажающих коммуникацию. Знакомство с понятиями открытой и закрытой коммуникации. Знакомство со шкалой открытости в коммуникациях. Отработка навыка формулирования открытого и закрытого послания, распознавания типа коммуникации. Интегрирующие задание на понимание особенностей коммуникаций внутри класса.	Игровая деятельность. Познавательная деятельность	Упражнения, мини лекции, рефлексия.

4. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием форм и видов контроля

Интерактивные занятия для обучающихся 5-9 классов.

Тематический план				
№	Тема	Цели, задачи	Содержание занятия	Используемые методы
1 раздел – « ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-6 КЛАССОВ»				
1	«Я И ДРУГИЕ. КАКОЙ Я? КАКИЕ МЫ?»	- Сформировать у учащихся систему представлений об идентичности подростков и ее роли в жизни социума - Сформировать у учащихся навык самоанализа собственных качеств и социальных ролей	- Разогревающая разминка «Кто Я?». - Упражнение «Десять Я». - Упражнение «Какой я?». - Упражнение «Мои уникальные качества». - Упражнение «Что нас всех объединяет?». - Резюме занятия.	Презентация Вопросы для бриф-опроса Упражнения с маленьким мячом, любая маленькая мягкая игрушка
2	«Я И ДРУГИЕ. МОИ	Познакомить	Бриф-опрос «Что такое	Мультимедиа с

	ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ/МОЕ ЛИЧНОЕ ПРОСТРАНСТВО»	учащихся с понятием «социальная дистанция» и «личные границы» • Определить свои личные социальные границы • Показать важность соблюдения и уважения границ друг друга в процессе коммуникации и взаимодействия	границы и дистанция». • Интерактивный эксперимент «Социальная дистанция». • Мини-лекция «Социальная дистанция». • Упражнение «Мои границы, мой внутренний мир». • Упражнение «Карта личного пространства». • Резюме занятия.	презентацией/за ранее заготовленный плакат флипчарта Малярный скотч (два блока на класс)/яркая капроновая бечевка, достаточной длины на общее число человек в классе
3	«ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ . МОТИВАЦИЯ К УЧЕБЕ»	• Сформировать у учащихся навык определения и постановки цели • Сформировать у учащихся навык самоанализа своих действий и самомотивации • Сформировать у учащихся навык планирования своих действий	• Бриф –опрос «Для чего человеку нужна учеба?». • Разогрев «Что нужно учить, чтобы стать...?». • Упражнение «Могу или хочу?». • Упражнение «Образ будущего». • Резюме занятия.	Листы бумаги А4 или заранее распечатанные бланки схемы для упражнения, ручки Заранее распечатанные бланки со схемой Линии времени, ручк
4	«Я И МИР. ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ»	• Сформировать у учащихся систему представлений о том, что такое жизненные ценности человека • Сформировать у учащихся навык определения собственных жизненных ценностей • Сформировать установку, что ценности жизни и здоровья являются базовыми для каждого человека..	• Мини лекция «Что такое ценности». • Упражнение «Определение своих ценностей». • Игра «Необитаемый остров». • Рефлексия.	Заранее распечатанные списки ценностей по категориям, листы бумаги А4, ручки
5	«Я И ДРУГИЕ. ЭМОЦИИ И ПОДДЕРЖКА В ОБЩЕНИИ С ДРУГИМИ»	• Сформировать у учащихся систему представлений о том, что такое эмоции и эмпатия • Сформировать у учащихся навык «ставить себя не место другого» • Развитие у участников качеств социального и эмоционального интеллекта	• Бриф-опрос «Эмоции». • Мини-лекция «Эмоции и эмпатия». • Упражнение разогрев «Определи эмоцию». • Упражнение «Если бы я был на месте другого». • Рефлексия.	Мультимедиа, презентация мини-лекции
6	«Я И МОИ ДРУЗЬЯ. УМЕНИЕ ОБЩАТЬСЯ И	• Развитие межличностной коммуникации	Бриф опрос Упражнение «Я радуюсь/Я огорчаюсь» .	Файл с мультфильмом, оборудование для

	ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ	• Развитие сочувствия, сопереживания, эмпатии • Развитие навыков позитивной коммуникации • Формирование понятий «Дружба», «Настоящий друг» • Сплочение класса	Работа в малых группах. Мультфильм «Мост». Упражнение «Лучший друг». Упражнение «Пять добрых слов». Дополнительное задание, по желанию.	просмотра видео 4 листа А3 с неоконченными предложениями, фломастеры Бланк для каждого участника
7	«МЫ КОМАНДА»	• Знакомство с понятием «команда»; • Способствовать осознанию важности командной работы и вкладе каждого участника; • Сплочение класса, командообразование.	Бриф-опрос «Команда». Игра «Пианино». Часть 1. Упражнение «Монстроавтомобиль». Часть 2. Упражнение «Спасибо». Резюме занятия.	Вопросы для бриф-опроса, листы флипчарта, маркеры/доска, мел.
II раздел ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7–9 КЛАССОВ				
8	«ОБРАЗ-Я СТАРШЕКЛАССНИКА»	• познакомить учащихся с понятием «Образ-Я», идентичностью и важностью их осознания для успешной адаптации подростка к жизни; • исследовать свои социальные роли; • содействовать формированию позитивной личной и социальной идентичности старшеклассника..	Бриф-опрос «Что такое идентичность/социальные роли». Визуализация «Луковица». Упражнение «Общая характеристика». Упражнение «Образ-Я класса». Упражнение «Человечки». Обсуждение занятия	Вопросы для бриф-опроса, листы флипчарта, маркеры/доска, мел Листы А3, ручки, фломастеры, клей-карандаши, старые журналы с картинками/фотографиями, ножницы Распечатанные шаблоны человечков, фломастеры/цветные карандаши, ручки
9	«ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ»	• развитие эмоционального интеллекта подростков. • знакомство с основными эмоциональными состояниями и их признаками, расширение «эмоционального словаря»; • демонстрация эффективного использования мимики в невербальной коммуникации и тренировка на практике передачи невербальной информации; • Обнаружение наиболее типичных ошибок, допускаемых при невербальном общении, и тренировка их устранения; • преодоление	• Бриф-опрос • Упражнение «Передай эмоцию». • Упражнение на распознавание эмоций и чувств «Карточки чувств». • Упражнение «Спектр эмоций». • Упражнение «Фантом». • Упражнение «Зоны регуляции эмоций». • Рефлексия занятия.	Карточки с названиями чувств/эмоций Заготовленные шаблоны «фантома» по количеству участников

		психологических барьеров, препятствующих общению, путем развития спонтанности участников тренинга; • формирование компетентности в определении эмоционального состояния других людей и адекватной реакции на него.		
10	«ЭФФЕКТИВНЫЕ КОММУНИКАЦИИ»	• Развитие коммуникативной компетенции старшеклассников; • Знакомство с барьерами общения; • Формирование понимания и навыков отслеживания закрытой и открытой коммуникации.	• Бриф-опрос «Коммуникации». • Драмы общения. • Упражнение «Иван Иванович». • Мини-лекция «Открытая и закрытая коммуникация». • Упражнение «Как это сказать по русски?». • Упражнение «Карта коммуникаций класса». • Рефлексия занятия.	Вопросы для бриф-опроса, листы флипчарта, маркеры/доска, мел Флипчарт с таблицей драм общения Карточкизаготовки с информацией для передачи Стикеры, фломастеры, ручки по числу участников, лист ватмана или другой бумаги по размеру флипчарта, флипчарт, скотч
11	«РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ»	• Развитие коммуникативной компетентности: способности проводить анализ конфликтной коммуникативной ситуации, искать способы позитивного разрешения конфликтов; • Знакомство с понятием «конфликт», стратегиями поведения в конфликте; • Развитие коммуникативной толерантности.	Бриф-опрос «Конфликтки». Интерактивный эксперимент «Сбор орехов». Игра «Дьявольские башни». Ролевая игра Стратегии поведения в конфликте Интерактивная лекция, разбор результатов решения эксперимента и игры «Дьявольские башни» «Сбор орехов». Повтор и завершение интерактивного эксперимента Резюме занятия. Финальный брифопрос.	Презентация, стикеры, маркеры, флипчарт Орехи (или любые другие ресурсы) около 100 шт. Флипчарт, маркер Кубики или аналогичные строительные материалы разных цветов – по 30 шт. на малую группу; инструкции по колву человек
12	«АНСТИСТРЕСС ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ»	• познакомить учащихся с понятием «стресс» и причинами, вызывающими его; • показать дуальную природу стресса; • познакомить учащихся с техниками регуляции негативных последствий	Бриф-опрос «Что такое стресс». Интерактивный эксперимент «Как возникает стресс». Мини-лекция «Стресс, стрессогенные факторы». Решение кейсов «Стрессы по трем типам	Мультимедиа с презентацией/заран ее заготовленный плакат флипчарта Достаточное пространство для гимнастики, удобные стулья

		стресса и сформировать устойчивое намерение использовать их в процессе учебы.	факторов». Работа в МГ: Последствия стрессов. Мини-лекция «Способы регуляции негативных последствий стресса – рефрейминг». Практикум по рефреймингу. Дыхательная гимнастика как способ регуляции состояния стресса. Банк ресурсов. Завершение занятия. Анализ и выводы.	
13	«ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТАРШЕКЛАССНИКА»	• Содействие формированию позитивного отношения к личной жизни как к базовой ценности человека; • Содействие формированию проактивной и просоциальной системы ценностей старшеклассника.	Бриф-опрос «Ценности». Тест «Ценностные ориентации человека». Пирамида ценностей. Базовые ценности. Ценности других людей. Играэксперимент «Одинаковые или разные?». Притча «Хрустальные игрушки». Обсуждение занятия. Камешек жизни.	Бумажные жребии для участников, непрозрачные повязки на глаза в количестве ¼ от числа участников, стакан сухой фасоли, бумага А4, карандаши, бланк для фиксации результатов, небольшие призы-угощения для каждого участника Набор брусочков разной величины

Программа состоит из нескольких тематических разделов, которые взаимосвязаны между собой.

№ п/п	Название разделов (тем) программы	Целевые приоритеты воспитания в соответствии с ресурсами курса	Кол-во часов
1	Эмоциональный интеллект,	В воспитании обучающихся подросткового возраста приоритетом является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений: - к семье как главной опоре жизни в человека и источнику его счастья; -к труду как к основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионально самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне; -к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье; - к знаниям как интеллектуальным ресурсу,	1
2	Ценностные ориентации.		1
3	Идентичность/Образ-Я.		1
4	Коммуникации/Конфликты.		1
5	Личные границы.		1
6	Управление стрессом.		1
7	Взаимодействие с миром других людей.		1

		обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда; - к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которой дают ему чтение, музыка, искусство, театр творческое самовыражение; - к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; К окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувство одиночества; К самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.	
Всего:			7

5. Перечень учебников, литературы и материалов

Используемые для разработки программы и организации образовательного процесса:

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Развиваем эмоциональный интеллект. Психологические игры и занятия с детьми. – М.: АСТ, 2014.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. «Стихия». Интеллектуальная психологическая игра. – М.: АСТ, 2014.
 - а. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения саморегуляции. – СПб.: 2002.
 - б. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. — М.: АСТ, 2008.
3. Деклер Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2000.
5. Карпенко К. Олимпиада по психологии / Школьный психолог №11, 2011. – с.8.
6. Колошина Т.Ю., Трус А.А. Арт-терапевтические техники в тренинге. – СПб.: Речь, 2008.
7. Лукашенко М. Тайм-менеджмент для детей: Книга для продвинутых родителей. – М.: Альпина Паблишер, 2013.
8. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д.В. Люсин // Социальный интеллект: Теория, измерение, исследования; под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. – М.: Ин-т психологии РАН, 2004.
9. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // Психол. диагностика. – 2006. – № 4.
10. Микляева А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2006.
11. Мои эмоции. Метафорические ассоциативные карты. Методические рекомендации для педагогов-психологов специализированных классов / автор-составитель Н.В.Гетман. – Новосибирск: 2015.
12. Савенков А.И. Психология детской одаренности. – М.: Генезис, 2010.
13. Саенко Ю.В. Регуляция эмоций. Тренинги управления чувствами и настроениями. – СПб.: Речь, 2010.
14. Сакович Н.А. Игры в тигры. Сборник игр с агрессивными детьми и подростками. – СПб.: Речь, 2007.
15. Самоукина Н.В. Первые шаги школьного психолога. Психологический тренинг. – Дубна: Феникс, 2000.

16. Террасье Ж.Ш. Одаренные дети и проблемы раннего развития. – М.: Международная педагогическая академия, 1995.
17. Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге. – СПб.: Речь, 2014.
18. Хухлаева О.В. Эмоционально-символические методы в работе школьного психолога. Лекция. – М.: Издательский дом «Первое сентября», 2015.

Рекомендуемые для детей и родителей:

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. – Новополюк: ПГУ, 2011.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. Как?». – М.: ЧеРо, Сфера, 2003.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (7-8 классы), - М.: Генезис, 2010.

6. *Календарное планирование кружка «Я в мире...Мир во мне...» на учебный год (Приложение)*

Календарное планирование кружка «Я мире...Мир во мне...» на 2024-2025 учебный год

5 класс

<i>№ занятия</i>	<i>Дата проведения</i>		<i>Наименование тем программы</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Форма проведения</i>		
	<i>План</i>	<i>Факт</i>			<i>Аудиторных</i>	<i>Внеаудиторных</i>	<i>с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения</i>
1	11.09		Интерактивное занятие «Я и другие. Какой я? Какие мы?»	1	0,5	0,5	
2	10.10		Я и другие. Мои личные границы/мое личное пространство	1	0,5	0,5	
3	08.11		Целеполагание. Мотивация к учебе	1	0,5	0,5	
4	06.12		Я и мир. Ценностные ориентации	1	0,5	0,5	
5	12.02		Я и другие. Эмоции и поддержка в общении с другими	1	0,5	0,5	
6	19.03		Я и мои друзья. Умение общаться и взаимодействовать	1	0,5	0,5	
7	17.04		Мы команда	1	0,5	0,5	
Итого:				7	3,5	3,5	

6 класс

<i>№ занятия</i>	<i>Дата проведения</i>		<i>Наименование тем программы</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Форма проведения</i>		
	<i>План</i>	<i>Факт</i>			<i>Аудиторных</i>	<i>Внеаудиторных</i>	<i>с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения</i>
1	11.09		Интерактивное занятие «Я и другие. Какой я? Какие мы?»	1	0,5	0,5	
2	10.10		Я и другие. Мои личные границы/мое личное пространство	1	0,5	0,5	
3	08.11		Целеполагание. Мотивация к учебе	1	0,5	0,5	
4	06.12		Я и мир. Ценностные ориентации	1	0,5	0,5	
5	12.02		Я и другие. Эмоции и поддержка в общении с другими	1	0,5	0,5	

6	19.03		Я и мои друзья. Умение общаться и взаимодействовать	1	0,5	0,5	
7	17.04		Мы команда	1	0,5	0,5	
Итого:				7	3,5	3,5	

7 класс

№ занятия	Дата проведения		Наименование тем программы	Количество часов	Форма проведения		
	План	Факт			Аудиторных	Внеаудиторных	с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения
1	04.09		Интерактивное занятие «ОБРАЗ-Я СТАРШЕКЛАССНИКА»	1	0,5	0,5	
2	04.10		ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ	1	0,5	0,5	
3	07.11		ЭФФЕКТИВНЫЕ КОММУНИКАЦИИ	1	0,5	0,5	
4	02.12		РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ	1	0,5	0,5	
5	11.02		АНСТИСТРЕСС ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ	1	0,5	0,5	
6	19.03		ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТАРШЕКЛАССНИКА	1	0,5	0,5	
7	18.04		ЦЕННОСТИ: Я, МОЯ СЕМЬЯ, МОИ ДРУЗЬЯ	1	0,5	0,5	
Итого:				7	3,5	3,5	

8 класс

№ занятия	Дата проведения		Наименование тем программы	Количество часов	Форма проведения		
	План	Факт			Аудиторных	Внеаудиторных	с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения
1	04.09		Интерактивное занятие «ОБРАЗ-Я СТАРШЕКЛАССНИКА»	1	0,5	0,5	
2	04.10		ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ	1	0,5	0,5	
3	07.11		ЭФФЕКТИВНЫЕ КОММУНИКАЦИИ	1	0,5	0,5	

4	02.12		РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ	1	0,5	0,5	
5	11.02		АНСТИСТРЕСС ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ	1	0,5	0,5	
6	19.03		ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТАРШЕКЛАСНИКА	1	0,5	0,5	
7	18.04		ЦЕННОСТИ: Я, МОЯ СЕМЬЯ, МОИ ДРУЗЬЯ	1	0,5	0,5	
Итого:				7	3,5	3,5	

9 класс

№ занятия	Дата проведения		Наименование тем программы	Количество часов	Форма проведения		
	План	Факт			Аудиторных	Внеаудиторных	с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения
1	04.09		Интерактивное занятие «ОБРАЗ-Я СТАРШЕКЛАСНИКА»	1	0,5	0,5	
2	04.10		ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ	1	0,5	0,5	
3	07.11		ЭФФЕКТИВНЫЕ КОММУНИКАЦИИ	1	0,5	0,5	
4	02.12		РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ	1	0,5	0,5	
5	11.02		АНСТИСТРЕСС ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ	1	0,5	0,5	
6	19.03		ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ СТАРШЕКЛАСНИКА	1	0,5	0,5	
7	18.04		ЦЕННОСТИ: Я, МОЯ СЕМЬЯ, МОИ ДРУЗЬЯ	1	0,5	0,5	
Итого:				7	3,5	3,5	