**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**лицей №15 города Ставрополя**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено**  на заседании методического объединения  \_\_\_\_\_\_\_\_\_/ /  ФИО  Протокол №1  от « » августа 2023 г | **Согласовано**  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Пустовалова Г.П./  ФИО    « » августа 2023 г | **Утверждаю**  Директор МБОУ лицея №15  г. Ставрополя  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Никитина Н.Б../  ФИО   Приказ *№*  *от « » августа 2023 г* |

**Рабочая программа**

**учебного предмета «Психолог и Я»**

**для 5-8 классов**

**на 2023-2024 учебный год**

Ставрополь, 2023

**"Психолог и Я" 5 – 8 классы**

**СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

**5 класс (17 часов)**

**Раздел 1. Я - пятиклассник (6 часов)**

Через упражнения и игры обучающиеся вспоминают приятные моменты учебы в начальной школе, свои успехи, достижения и проясняют свои цели на время обучения в пятом классе.

Формирование навыков взаимодействия с родственниками, развитие способности понимать себя и другого. Дискуссия на тему занятия. Упражнения: «Найди меня», «Настоящий друг», «Мой портрет в лучах солнца». Мы и наше настроение – от кого и от чего оно зависит. Обсуждение темы: «Виды настроения». Проигрывание предложенных ситуаций. Упражнения способствуют формированию учебных навыков и самораскрытию детей. Мы и наши привычки. Режим дня. Мы и наши права и обязанности. Мы и наш класс. Диагностика тревожности: методика Прихожан А.М. Снижение тревожности происходит через упражнения «Чего я боюсь?», «На ошибках учатся», «Рисуем слово».

**Раздел 2. Введение в мир психологии (6 часов)**

Чем занимается психология? Зачем человеку психология? Кто Я, какой Я? Какими я обладаю качествами, способностями, возможностями. Какие роли бывают у человека? Почему для человека так важно быть нужным окружающим людям? Мои мечты и мои цели. Отличие цели от мечты. План достижения цели. Детство, как значимый период в жизни. Я сейчас, я в будущем. Роль взрослых и роль детей.

**Раздел 3. Я и мой внутренний мир. (5 часов)**

Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные. Способы адекватного самовыражения чувств. Подчеркивается ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. Каждый имеет право на собственную точку зрения. Каждый человек несет ответственность за свои чувства, мысли и поступки. В любом событии есть и плюсы, и минусы. В любом возрасте человек может оказаться в трудной ситуации. Создается копилка трудных ситуаций пятиклассника. Любая трудная ситуация имеет обучающий эффект. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя. Будущее каждого находится в его руках. Итоговое занятие (1 час). Обучение активному общению, что позволяет ребёнку самому формировать навыки и умения общаться продуктивно, основываясь на собственном опыте, который нарабатывается на групповых занятиях, где человек может лучше понять самого себя через понимание других людей. Занятие проходит в форме ролевых игр и тренинга.

**6 класс (17 часов)**

**Раздел 1. Я и мои способности (6 часов)**

Что такое «Психология»? Кто такой психолог? Что такое способности? Зачем человеку нужна уверенность в себе? Мои способности. Я, мои успехи и неудачи. Какого человека мы называем неуверенным в себе? «Эпиграф», «Маски неуверенности», Работа в тетради, «Какое поведение у ребят?». «Надень маску». «На приеме у психолога». Работа со сказкой. Маленькая Волна (К. Ступницкая) Я становлюсь увереннее. «Высказывания» Работа со сказкой. Молодое дерево (К. Ступницкая) Уверенность и самоуважение. «Звезда самоуважения». «Волшебное зеркало». Работа со сказкой. На дне моря (Н. Шилова) Уверенность и уважение к другим. «Эпиграф». «За что я уважаю...» «Портрет». Работа со сказкой. «Превращение», «Подумай».

Осваивают социальные нормы поведения. Ставят цель своего обучения, развивают мотивы деятельности. Умеют правильно интерпретировать информацию, полученную из наблюдений. Источники уверенности в себе. «Эпиграф». «Копилка источников уверенности». Работа в тетради, «Мои источники уверенности». «Мои ресурсы».

**Раздел 2. Конфликты в жизни (4 часа)**

«Что такое конфликт? Конфликты в нашей жизни». «Эпиграф». Работа в тетради, «Стиль входа в конфликт», «Рисунок моего стиля». «Как выглядит человек в конфликте?», «Конфликт — это хорошо или плохо?» Умеют занимать свою позицию в обществе. Выдвигают версии, работают по плану. Строят логически обоснованные рассуждения. Корректируют свое мнение под воздействием контраргументов. Способы поведения в конфликте. «Эпиграф». «Основные стили поведения в конфликте». Работа в тетради. «Как проявляются способы поведения в конфликте?» Работа в тетради, «Конфликтные ситуации». Работа со сказкой. Сказка про цветной снег. Конструктивное разрешение конфликтов. «Как выиграть обоим участникам конфликта?» Работа в тетради. «Разыграем конфликт». «Как оставаться спокойным». Работа со сказкой. Подумай обо мне. Конфликт как возможность развития. «Эпиграф» «Конфликт как возможность». «Попробуем договориться». Работа со сказкой Верба (И. Орлова)

**Раздел 3. Агрессия и её роль в жизни человека (7 часов)**

Я повзрослел. Работа со сказкой. Лабиринт души (Т. Шмидт) Работа в тетради. «Символ моего Я». «Спрячь игрушку». Осознают целостность мира и многообразие взглядов на него, определяют познавательную цель, обобщают и систематизируют разумные виды информации. У меня появилась агрессия. «Золотые мысли». «Ассоциации». Работа со сказкой. Сказка про Рона. Как звучит агрессия? «Покажи агрессию». «Кто из них агрессивный?» «Агрессивный... продавец». «Отбросить старое, чтобы измениться». Работа со сказкой. Время (О. Горбушина). Работа в тетради, «Моя реакция на агрессию». «Как поступить конструктивно?» Конструктивное реагирование на агрессию. «Свет мой зеркальце». «Трудно». «Если я сильный...». «Учимся договариваться». Работа со сказкой. «Эпиграф занятия». «На приеме у психолога». «Мои маски». Работа в тетради, «Рисунок маски». Итоговое занятие, обобщение полученных знаний и опыта.

**7 класс (17 часов)**

**Раздел 1. Эмоциональная сфера человека (4 часа)**

Эмоциональный интеллект. «Почему нужно обращать внимание на чувства людей». «Ошибка футболиста». «Что входит в эмоциональный интеллект». «Профессии». Ведущий по очереди называет профессии. Подросткам нужно определить, влияет ли на эффективность работы представителей перечисленных ниже профессий эмоциональный интеллект, и обосновать свое мнение. «Парк развлечений, «Олигархи». «Два подсказчика». Закон «прорыва плотины». «Основные законы психологии эмоций». Закон «прорыва плотины», заключается в том, что чувства нельзя удерживать бесконечно долго. Они сначала просачиваются потихоньку, и человек может их контролировать, а потом он теряет над ними контроль. «Ассоциации». «Интернет-магазин», какие эмоции, можно купить на сайтах? «Эмоции в подарок» Работа со сказкой. Ребята слушают и обсуждают сказку «Чертежик» Закон скрытности. "Ты прав, и ты прав…". "Закон скрытности", «Определи запреты». «Сонник», развитие фантазии. Игра «Мумия». «Забронируй путевку». «Человек-паук». Подростки вспоминают известного героя Человека-паука, который обладал фантастическими умениями – мог поднимать тяжелые предметы, двигаться с огромной скоростью, выпускать паутину. Далее они представляют, что встретились с Человеком-крокодилом, и придумывают, какими умениями он мог бы обладать. «Что чувствует человек, если…». Взаимосвязь разума и эмоций. «И это грустно, и это весело…». «Что чувствует человек, если…». «Одежда». Внимательный наблюдатель по одежде человека может догадаться о его эмоциональном состоянии. Предлагает им пофантазировать и закончить предложения.

**Раздел 2. Социальное восприятие (4 часа)**

Работа в тетради. «Всегда ли можно получить информацию о человеке с помощью слов?». «Почему невербальная коммуникация много говорит о человеке». Игра «Как мы друг друга понимаем». Учимся понимать жесты и позы. «Что чувствует человек, если ему в голову приходят мысли о…». «Жесты и позы всегда говорят о чем-то». «Жесты, отражающие состояние человека». Работа в тетради. Жесты, отражающие состояние («жесты-состояния»): «Чемодан на отдых». Каждый подросток получает карточку, на которой написано название предмета одежды или мебели. Например: брюки, купальник, туфли, диван, холодильник и т. п. Ребята по очереди изображают водящему свои предметы. «Как сказать о причинах своего поведения, чтобы нас поняли». «Как не делать ошибок в понимании». Впечатление, которое мы производим «Первое впечатление». "Что мы помним о человеке" Работа в тетради. «Новый учитель». «Где происходит действие». Что такое наблюдательная сензитивность. Развиваем наблюдательную сензитивность. «Кто изменил позу». «Кому необходима сензитивность», «Сыщики».

**Раздел 3. Межличностная привлекательность (9 часов)**

Привлекательность человека. способствовать рефлексии процесса общения со сверстниками. «Что привлекает в человеке», запись в тетради: «Виды привлекательности – физическая, коммуникативная, характерологическая, по сходству взглядов». «Какая привлекательность важнее». «Качества привлекательного человека». «Кто пришел в гости». «Путаница». «Волшебное превращение». Взаимность или обоюдная привлекательность. «Взаимная симпатия». «Легко ли проявлять симпатию", «Действия симпатии». «На спине – на доске». «Оторви хвостик». Дружба. Четыре модели общения «Модели общения». Дружить, но этому можно научиться. «Что для тебя значимо». «Дружба в социальных сетях». «Три качества». «На приеме у психолога». «Кто больше знает». Романтические отношения или влюблённость. «Влюбленность и любовь». В чем разница? В каком возрасте можно любить и влюбляться? Когда это помогает, а когда – мешает? В кого можно влюбиться? «Как поступить». «На приеме у психолога» (беседа с обсуждением проблем подростков). Игра «Спички». «Узнай свои качества». Я-концепция. Самоуважение. Самоконтроль. Содействовать расширению самосознания подростков. «Умственный мусор». «Корзина для мусора». «Общая деталь» (К. Фопель). «Общие руки» (К. Фопель). Уверенность в себе. «Лишнее слово». «Самоуважение». «Высказывания». «Умственный мусор». «Уверенность в себе и внешность». Напряжение. «Что такое напряжение». «Виды напряжения». "Две реакции на перенапряжение", "Три толстяка". Приемы внутренней регуляции состояния. Приемы саморегуляции. «Контроль и регуляция тонуса мимических мышц». «Улыбка «Царевна Несмеяна». «Контроль и регуляция мышечной системы». Возрастной аспект состояний: состояния подростков. " Виды кризисных состояний", " Приемы выхода из кризисных состояний".

**8 класс (17 часов)**

**Раздел 1. Я - концепция и ее ключевые компоненты (4 часа)**

«Я-концепция». «Умственный мусор» «Корзина для мусора». Учащиеся рисуют в тетради большую пустую корзину для мусора, затем все вместе называют типичные убеждения подростков, которые можно отнести к «умственному мусору», и записывают их внутри изображения корзины. «Общая деталь» (К. Фопель). «Общие руки» (К. Фопель). Самоуважение. «Лишнее слово». «Самоуважение». «Высказывания". «Умственный мусор». Самоконтроль. «Самоконтроль». «Самоконтроль может мешать». «Реши задачу». «Письмо на руке» (К. Фопель). «Секрет учителя» (К. Фопель). Уверенность в себе. «На что влияет уверенность в себе». «Признаки неуверенности в себе». «Способы повышения уверенности в себе». «Ирландская дуэль» (К. Фопель). «Стащить журнал».

**Раздел 2. Мотивационная сфера личности (4 часа)**

Способствовать осознанию подростками своей мотивационной сферы. Мотив и его функции. «Что такое “мотив”». «Какие бывают мотивы». Борьба мотивов. «Что делать, когда мотивы борются друг с другом». «Дружная пара». Привычки, интересы, мечты. «Что побуждает действовать». «Мои привычки и интересы». «Мечта». «Когда мечта мешает, когда – помогает». Мотивация помощи и альтруистического поведения. «Почему люди помогают друг другу». «Кто может стать альтруистом». «Педагог-альтруист». «Альтруизм». «Спаси друга».

**Раздел 3. Профориентация**

Профориентация. Хочу и умею. Диагностика УУД подростков. Моя профессия. «Профессиональные ассоциации». Упражнение «Журналист». Работа в тетради. Время взрослеть. Упражнение «Мое настоящее». Упражнение «Перспективы». Виртуальный мир: возможности и опасности. Быстро, доступно в любое время. Общение на большом расстоянии. Способы восприятия информации. «Определи свой ведущий способ восприятия». «Кто что любит». «Что трудно на уроке». Способы переработки информации. «Способы переработки информации». «Определи свое ведущее полушарие». «Кто что любит». «Что трудно на уроке». «Пылесос». «Веретено».

**Формы оценки результатов внеурочной деятельности.**

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, игры, тренинги), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии. Способами определения результативности программы являются: диагностика, проводимая в конце каждого раздела в виде естественно-педагогического наблюдения, творческих заданий.   
**Форма подведения итогов:**

Итоговой работой по завершению каждого раздела является психологическая игра.

**ПЛАНИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ КУРСА**

Даная программа рассчитана на достижение **2-х уровней результатов:**

**-первый уровень** - приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

**-второй уровень** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Таким образом, внедрение новых стандартов дает большие возможности для развития творческих способностей обучающихся.

**Личностные результаты**

-готовность и способность обучающихся к саморазвитию,

-сформированность мотивации к учению и познанию,

-ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции;

-социальные компетентности, личностные качества;

-сформированность основ российской, гражданской идентичности. **Применительно к данной программе**

- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;

-сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);

-сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей; - сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;

-сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;

-сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;

-сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

**Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).**

**Регулятивные УУД:**

-осознавать свои личные качества, способности и возможности;

-осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;

-овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;

-научиться контролировать собственное агрессивное поведение;

-осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;

-учиться прогнозировать последствия собственных поступков; **Познавательные УУД:**

-учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;

-планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;

-адекватно воспринимать оценки учителей;

-уметь распознавать чувства других людей;

-обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни; -уметь формулировать собственные проблемы;

**Коммуникативные УУД:**

-учиться строить взаимоотношения с окружающими;

-учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;

-учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;

- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;

-формулировать свое собственное мнение и позицию;

-учиться толерантному отношению к другому человеку.

**Средства формирования УУД**: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:

* **Психологическая информация.** Достаточно эффективный метод, способствующий углублению самосознания подростков, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.
* **Интеллектуальные задания.** Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.
* **Ролевые методы.** Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном варранте.
* **Коммуникативные игры.** Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. А также существует ряд игр, способствующих углублению осознания сферы общения. Игры, направленные на развитие воображения. Их можно разделить на две группы: вербальные и невербальные игры. В вербальных играх подростки придумывают окончание к той или иной необычной ситуации, невербальные игры предполагают изображение подростками того или иного неживого предмета.
* **Задания с использованием терапевтических метафор.** Можно выделить две основные группы метафор. Первая группа направлена на работу с типичными проявлениями или/и трудными ситуациями подросткового возраста, например, чувством одиночества, стремлением к получению внимания (пусть даже негативного) взрослых. Вторая группа включает в себя сказки развивающего характера, способствующие решению ими возрастных задач развития. Систематическая работа с метафорами приводит к усвоению основной идеи метафоры: в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху.
* **Задания на формирование «эмоциональной грамотности».** Эти задания предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умению принимать чувства другого человека в конфликтных ситуациях.
* **Когнитивные методы.** Эти методы основываются на утверждении, что первопричиной эмоциональных расстройств является наличие у человека некоторых мешающих ему убеждений. Исходя из этого, необходим пересмотр мировоззрения.
* **Дискуссионные методы.** Одним из ведущих методов, используемых в социально-психологическом тренинге, является групповая дискуссия. Она позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на какую-либо проблему. Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

**Предметные результаты:**

-психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),

-психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),

-навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),

-опыт творческой самодеятельности,

-овладение культурой психической деятельности,

-формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

**Качества личности, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий:**

-дружелюбное отношение к другим людям;

-познавательная, творческая, общественная активность;

-самостоятельность (в т.ч. в принятии решений);

-умение работать в сотрудничестве с другими, отвечать за свои решения;

-коммуникабельность;

-уважение к себе и другим;

-личная и взаимная ответственность;

-готовность действия в нестандартных ситуациях.

**Демонстрация успешности обучающихся:**

-участие в предметных олимпиадах по психологии школьного, городского, краевого уровней;

-демонстрация работ, выступления на родительских собраниях;

-проведение игровых конкурсов, сюжетных и ролевых игр с учащимися;

-совместный детско-родительский тренинг

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание программы | Количество часов |
| **Тема 1. Я- Пятиклассник** | | **6** |
| 1.1 | Давайте познакомимся | 1 |
| 1.2 | Что такое 5 класс? | 1 |
| 1.3 | Мы и наш класс | 1 |
| 1.4 | Мы и наши привычки. Режим дня | 1 |
| 1.5 | Мы и наши права и обязанности | 1 |
| 1.6 | Мы и наше настроение. | 1 |
| **Тема 2. Введение в мир психологии** | | **6** |
| 2.1 | Кто я? Какой я? | 2 |
| 2.2 | Я хочу. Я могу. Я должен. | 1 |
| 2.3 | Я мечтаю | 1 |
| 2.4 | Я – это мои цели | 1 |
| 2.5 | Я – это моё будущее | 1 |
| **Тема 3. Я и мой внутренний мир** | | **5** |
| 3.1 | Любой внутренний мир ценен и уникален | 1 |
| 3.2 | Трудные ситуации в жизни. | 2 |
| 3.3 | Я и «мои колючки» | 1 |
| 3.4 | Я не одинок в этом мире. Итоговое занятие | 1 |
| **Итого:** | | **17 часов** |

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (6 класс)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание программы | Количество часов |
| **Тема 1. Я и мои способности** | | **6** |
| 1.1 | Вводное занятие. Что такое психология? | 1 |
| 1.2 | Мои способности | 1 |
| 1.3 | Я, мои успехи и неудачи | 1 |
| 1.4 | Кто такой неуверенный человек? | 1 |
| 1.5 | Я становлюсь увереннее | 1 |
| 1.6 | Уверенность и самоуважение | 1 |
| **Тема 2. Конфликты в жизни** | | **4** |
| 2.1 | Что такое конфликт? Конфликты в нашей жизни | 1 |
| 2.2 | Способы поведения в конфликте | 1 |
| 2.3 | Конструктивное развитие конфликтов | 1 |
| 2.4 | Конфликт как возможность развития | 1 |
| **Тема 3. Агрессия и её роль в жизни человека** | | **7** |
| 3.1 | Я повзрослел | 1 |
| 3.2 | У меня появилась агрессия | 1 |
| 3.3 | Как «звучит» агрессия? | 1 |
| 3.4 | Конструктивное реагирование на агрессию | 1 |
| 3.5 | Учимся договариваться | 2 |
| 3.6 | Итоговое занятие | 1 |
| **Итого:** | | **17 часов** |

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (7 класс)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание программы | Количество часов |
| **Тема 1. Эмоциональная сфера человека** | | **4** |
| 1.1 | Вводное занятие. Эмоциональный интеллект | 1 |
| 1.2 | Закон «прорыва плотины» | 1 |
| 1.3 | Закон скрытности | 1 |
| 1.4 | Взаимосвязь разума и эмоций | 1 |
| **Тема 2. Социальное восприятие** | | **4** |
| 2.1 | Первое впечатление о человеке | 1 |
| 2.2 | Впечатление, которое мы производим | 1 |
| 2.3 | Учимся понимать жесты и позы | 1 |
| 2.4 | Развитие наблюдательной сензитивности | 1 |
| **Тема 3. Межличностная привлекательность** | | **9** |
| 3.1 | Привлекательность человека | 1 |
| 3.2 | Дружба. Модели общения | 1 |
| 3.3 | Влюбленность. Что с этим делать? | 1 |
| 3.4 | Я – концепция. Самоуважение. Самоконтроль | 1 |
| 3.5 | Напряжение. Приемы саморегуляции. | 2 |
| 3.5 | Возрастной аспект состояний: состояния подростков | 2 |
| 3.6 | Итоговое занятие | 1 |
| **Итого:** | | **17 часов** |

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (8класс)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание программы | Количество часов |
| **Тема 1. Я-концепция и её ключевые компоненты** | | **4** |
| 1.1 | Вводное занятие. Я-концепция | 1 |
| 1.2 | Самоуважение | 1 |
| 1.3 | Самоконтроль | 1 |
| 1.4 | Уверенность в себе | 1 |
| **Тема 2. Мотивационная сфера личности** | | **4** |
| 2.1 | Мотив и его функции | 1 |
| 2.2 | Борьба мотивов | 1 |
| 2.3 | Привычки, интересы, мечты | 1 |
| 2.4 | Мотивация помощи и альтруистического поведения | 1 |
| **Тема 3. Профориентация** | | **9** |
| 3.1 | Профориентация. Хочу и умею | 1 |
| 3.2 | Время взрослеть | 1 |
| 3.3 | Хочу. Могу. Должен | 1 |
| 3.4 | Моя профессия | 2 |
| 3.5 | Мои профессиональные качества | 1 |
| 3.6 | Способы восприятия и переработки информации | 1 |
| 3.6 | Виртуальный мир: возможности и опасности | 1 |
| 3.7 | Итоговое занятие | 1 |
| **Итого:** | | **17 часов** |