

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 21»

ПРИНЯТО

решением

педагогического совета

МБОУ «Лицей № 21»

Протокол от «25» мая 2023 №9

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ «Лицей № 21»

от «26» мая 2023 № 428

Директор МБОУ «Лицей № 21»

_____ И.А. Первенкова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Шаги к профессии»

5-9 классы

Составители программы:

педагоги-психологи

социально-психологической службы,

педагог-психолог Елисеева А.Г.,

педагог-психолог Кузина Т.И.,

педагог-психолог Пономарева М.Ю.

1.СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс

Диагностический блок.

Диагностические занятия, выявляющие адаптационные проявления и индивидуальные особенности личности, определяющие статусные параметры пятиклассника (уровень интеллектуального развития, уровень познавательной активности в школе, мотивацию учения, школьные предметные интересы, социометрический статус ученика в классе, тип темперамента, параметры школьной тревожности по Филлипсу, самооценку).

Рисунок «Я – взрослый».

1. Профессия – школьник.

Основные познавательные способности человека: память, внимание, мышление.

Процессы и законы памяти. Я учусь запоминать.

Мое внимание. Виды внимания. Внимание и интерес. Как развивать внимательность.

Как мы думаем. Логика мысли. Развиваем мышление.

Восприятие и его свойства.

Умею ли я учиться?

Приемы учебной работы в школе и дома.

Межполушарная асимметрия – что это такое?

2. Учимся общаться.

Узнаем мир своих чувств. Работаем с негативными эмоциями. Что такое конфликт и как себя вести в нем? Развиваем уверенность в себе и своих возможностях.

Диагностический блок.

Актуальный уровень развития шестиклассника в конце учебного года: социометрический статус, уровень учебной мотивации. Школьная и личностная тревожность. Уровень воспитанности. Чему я научился в психологическом кружке за год и как сохранить учебные умения и навыки летом.

6 класс

1. Диагностический блок.

Актуальный уровень развития шестиклассника в начале учебного года: уровень интеллекта, социометрический статус, особенности характера, ценностные ориентации. Школьная и личностная тревожность. Правила групповой работы. Общая характеристика подросткового возраста. «Подростковый криз».

2. Мир эмоций.

Что такое эмоции и чувства. Основные способы распознавания эмоций (мика, пантомимика, интонации). Амбивалентность эмоций.

Способы управления эмоциями. Самопомощь в ситуациях эмоционального дискомфорта.

«Мозговые центры» удовольствия и агрессии. Прием «эмоционального дневника».

«Скрытые» и «запретные» чувства. Основные причины, по которым люди скрывают свои чувства.

Анализ психологической природы страха. Страхи оценки и самооценки.

Агрессия и агрессивность. Способы безопасной разрядки агрессии.

Психологическая природа обиды. Последствия обиды для межличностных отношений. Возможность разрядки обиды.

Психологическое содержание чувств вины и стыда. Разрядка чувств вины и стыда.

Эмпатия. Тренировка эмпатических навыков. Способы выражения чувств.

«Я–высказывание». Навыки формулирования «Я-высказывания».

Комплимент. Развитие навыков выражать и принимать комплименты.

Конфликтология – это? Эффективное разрешение конфликтной ситуации.

Конфликт как возможность развития.

Рефлексия. Рефлексия собственных достижений.

3. Диагностический блок.

Актуальный уровень развития шестиклассника в конце учебного года: социометрический статус, уровень учебной мотивации. Школьная и личностная тревожность. Уровень воспитанности. Итоговое занятие. Чему мы научились за год?

7 класс

Диагностический блок.

Введение. Я – семиклассник.

Оценка уровня интеллекта (КОТ).

Определение социометрического статуса. Карта интересов.

1. Есть такая профессия – ученик!

Для чего нужно учиться? Есть такая профессия – ученик. Индивидуальность в учении. Воля и трудолюбие – основа учения.

Этапы учебной деятельности:

- целеполагание;
- планирование;
- организация;
- выполнение, реализация целей;
- самоконтроль как анализ и осмысление результатов.

Важность этих этапов в совершенствовании личности человека.

Умение работать с информацией. Речь – основное средство человеческого общения. Мышление. Активизация мышления, логическое мышление. Проба умственных сил. Творческое мышление и деятельность. Развитие творческого мышления.

2. Уверенность в себе.

Мои достоинства и недостатки.

Тренируем уверенность в себе. Уверенное выступление. Умение сказать «нет». Чем уверенность отличается от самоуверенности.

3. Учимся владеть собой.

Выражение своих эмоций приемлемым способом.

Альтернативные стили поведения в конфликте.

Знакомимся с конструктивными способами общения.

Ищем внутренние ресурсы.

Диагностический блок.

Актуальный уровень развития семиклассника в конце учебного года: социометрический статус, уровень учебной мотивации. Школьная и личностная тревожность. Уровень воспитанности. Итоговое занятие. Чему мы научились за год?

8 класс

Введение. Предмет, изучению которого посвящен данный курс. Значение профильной школы. Образовательные задачи, решаемые в процессе выбора профиля обучения. Преемственная связь с базовыми курсами основных профильных предметов. Цели и задачи предпрофильной подготовки.

1. Психологическая диагностика.

Интересы и склонности подростка. Методика «Способности в деятельности» (СВД). Интеллектуальное развитие (особенности сложных мыслительных операций). Психодинамические свойства нервной системы (экстраверсия-интроверсия, нейротизм, тип темперамента). Характерологические особенности (акцентуации характера). Познавательная активность, школьная тревожность, негативные эмоциональные переживания.

Психологический портрет восьмиклассника. Познание себя (актуальное развитие).

Самоанализ.

2. Вы – личность.

Как поживаете мои «Я»? (сходство и различие ваших «Я»). Саморазвитие через самовоспитание. Проблема лени. Самообразование через саморазвитие (общеучебные умения и навыки). Роль мотивации и потребностей человека при выборе профессии (мотивация, ценности, воля). Профильная зрелость. Мир профессий. Корректировка и развитие способностей в различных сферах деятельности. Уровень притязаний. Самоопределение через самоутверждение.

Тема для дискуссии: Влияет ли индивидуальный стиль деятельности человека на выбор профиля? Имея свой стиль, вы создаете свою индивидуальность?

3. Сфера взаимодействия людей. Круг общения подростка. Эмпатия.

Занятия для девочек и мальчиков: «Я и другие...».

Тема для дискуссии: Влияют ли друзья на выбор человека? Кто оказал влияние на ваш выбор профиля?

4. Принятие решения.

Групповое консультирование по выбору профиля обучения. Подготовка к экзаменам. Рациональные приемы умственной деятельности. Режим труда и отдыха.

5. Проектно-исследовательская деятельность.

Защита учащимися проектов по выбору профиля с последующим обсуждением.

Цели:

1. Смоделировать ситуацию профессионального выбора в перспективе с учетом выбранного профиля обучения.
2. Помочь восьмиклассникам на практике осознать взаимосвязь различных жизненных этапов и событий.
3. Наглядно продемонстрировать учащимся причинно-следственные связи между осуществляемым выбором, принимаемыми решениями и их последствиями.
4. Дать возможность ученикам: спрогнозировать перспективу, посмотреть на полученные результаты и изменить их в случае необходимости.

Тема для дискуссии: Творческая личность и нормы общественного поведения.

9 класс

1. Диагностический модуль.

Проведение групповых процедур психологической диагностики: «Изучение уровня интеллектуального развития школьников», «Изучение уровня познавательной активности школьников», «Изучение индивидуальных особенностей школьников».

2. Что я знаю о своих возможностях

Самооценка, уровень притязаний, ведущий тип темперамента.

Чувства и эмоции. Познавательная сфера: внимание, память, мышление.

Уровень внутренней свободы.

3. Что я знаю о профессиях.

Классификация профессий. Признаки и типы профессий.

Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Интересы и склонности. Профессионально важные качества.

4. Способности и профессиональная пригодность.

Способности общие и специальные.

Способности к типам профессии (по Г.Холланду). Профессиональная пригодность. Планирование профессиональной карьеры. Современный рынок труда. Выбор профессии и место обучения

5. Подготовка к сдаче экзаменов. Практические занятия, направленные на снятие тревожности.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа курса внеурочной деятельности «Психолог и Я» обеспечивает формирование универсальных учебных действий на каждом возрастном этапе.

Универсальные учебные действия (УУД) - способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта; совокупность действий учащегося, обеспечивающих его культурную идентичность, социальную компетентность, толерантность, способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса.

Универсальные учебные действия (УУД) делятся на три основные группы:

Познавательные УУД включают общеучебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем.

Коммуникативные УУД обеспечивают социальную компетентность и сознательную ориентацию учащихся на позиции других людей (прежде всего, партнера по общению или деятельности), умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Регулятивные УУД обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности (целеполагание; планирование; прогнозирование; контроль в форме сличения способа действия и его результата; самокоррекция; оценка; волевая саморегуляция).

Основой разработки критериев и методов оценки сформированности универсальных учебных действий является диагностическая система психологического сопровождения данного курса (психологический мониторинг).

Формирование личностных результатов.

В настоящее время результатом образовательной деятельности является не просто получение знаний, а познавательное и личностное развитие учащихся в образовательном процессе. Новый федеральный образовательный стандарт общего образования основывается на *системно-деятельностном подходе*, обеспечивающем построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и здоровья обучающихся.

ФГОС задает рамки нового содержания образования, которое ставит во главу угла ЛИЧНОСТЬ ребенка. Личностными результатами стандарт считает социально и нравственно обусловленные внешние (поведенческие) и внутренние качества человека (ценности, убеждения, принципы).

Обозначенные в Стандарте личностные результаты можно определить как психические новообразования, то есть *качественные особенности психики*, которые впервые появляются в данный возрастной период и определяют сознание ребенка, его отношение к среде, к внутренней и внешней жизни.

К окончанию школьного обучения такими новообразованиями становятся личностное и профессиональное самоопределение, то есть сформированное мировоззрение, обретение личностной идентичности, готовность и способность к саморазвитию, самовоспитанию и самообразованию на протяжении всей жизни, самостоятельное и независимое определение жизненных целей и выбор будущей профессии.

Следует отметить, что личностные результаты, предметные и метапредметные результаты обучения не могут быть отделены друг от друга и представляют собой *триединую задачу* современного образования.

Личностные результаты учащихся должны отражать:

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной.

2. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.

3. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

4. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

5. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

6. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

7. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрос-

лыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

9. Формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

10. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

11. Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты включают освоенные учащимися УУД (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

1. Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности.

2. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.

3. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

4. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

5. Освоение форм познавательной и личностной рефлексии.

6. Готовность слушать собеседника и признавать возможность существования различных точек зрения, излагать свое мнение, свою точку зрения и оценку событий.

7. Формирование умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

8. Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во академ. часов	Форма проведения занятий	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Вводное занятие: «Давайте познакомимся!»	1	Игра	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
2	Изучение уровня мыслительных операций.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
3	Изучение уровня социализации учащихся.	1	Тренинг с элементами диагностического занятия	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление
4	Изучение психологических особенностей личности.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
5	Изучение уровня школьной тревожности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
6	Изучение самооценки и социометрии.	1	Тренинг с элементами психогимнастики	https://resh.edu.ru	Развивать навыки личностного общения в группе сверстников.
7	Изучение ведущего типа темперамента	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
8	Я – пятиклассник!	1	Квест	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
9	Правила и обязанности ученика среднего звена.	1	Беседа с элементами дидактической игры	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
10	Что помогает учиться?	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
11	Память. Виды памяти.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
12	Учимся тренировать свою память.	1	Семинар. Викторина	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания

13	Внимание. Какое оно бывает?	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
14	Развиваем внимательность.	1	Тренинг с элементами нейроигры	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
15	Процессы мышления.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
16	Приемы развития мыслительной деятельности.	1	Викторина	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
17	Восприятие и его свойства.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
18	Умею ли я учиться?	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
19	Приемы учебной работы в школе и дома.	1	Беседа	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
20	Межполушарная асимметрия – что это такое?	1	Тренинг с элементами нейроигр	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
21	Резервный час	1			
22	Каждый видит и чувствует мир по-своему	1	Лекция	https://media.prosv.ru/content	Формировать понимание ценности каждой человеческой жизни, понимание индивидуальности и достоинства каждого человека.
23	Стыдно ли бояться? Чего боюсь я?	1	Дискуссия	https://media.prosv.ru/content	Духовно-нравственное направление
24	Работает с негативными переживаниями.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://media.prosv.ru/content	Духовно-нравственное направление
25	Источник уверенности в себе.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление
26	Учимся ставить цели.	1	Тренинг с элементами деловой игры	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
27	Конфликты в школе, дома, на улице.	1	Беседа	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания

					питания
28	Способы разрешения конфликтной ситуации.	1	Брейн-ринг	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
29	Развиваем эмоциональный интеллект.	1	Тренинг с элементами сказкотерапии	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
30	Изучаем уровень учебной мотивации.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
31	Уровень воспитанности.	1	Дискуссии.	https://resh.edu.ru	Формировать понимание необходимости нравственного совершенствования
32	Уровень самооценки. Социометрический статут.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Развивать навыки личностного общения в группе сверстников.
33	Подведение итогов года: чему я научился?	1	Беседа с элементами рефлексии	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление
34	Резервный час	1			

6 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во академ. Часов	Форма проведения занятий	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Изучение уровня мыслительных операций.	1	Викторина	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
2	Определение уровня школьной и личностной тревожности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
3	Изучение акцентуаций характера.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
4	Изучение социометрического статуса. Самооценка.	1	Тренинг с элементами психогимнастики	https://resh.edu.ru	Развивать навыки личностного общения в группе сверстников.
5	Изучаем уровень учебной мотивации.	1	Тренинг с элементами диагностического занятия	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
6	Уровень воспитанности.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Формировать понимание необходимости нравственного совершенствования
7	Изучаем уровень склонности к агрессивному поведению.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
8	Эмоциональная сфера человека. Почему нам нужно изучать эмоции и чувства.	1	Лекция	https://media.prosv.ru/content	Духовно-нравственное направление воспитания
9	Пополняем эмоциональный словарь.	1	Брейн-ринг	https://media.prosv.ru/content	Духовно-нравственное направление воспитания
10	Нужно ли управлять своими эмоциями?	1	Дискуссия	https://media.prosv.ru/content	Формировать навыки, способствующие успешной адаптации в социальной среде
11	Что такое «запрет-	1	Дискуссия	https://media.prosv.ru/content	Духовно

	ные» чувства?			v.ru/conten	нравственное направление воспитания
12	Наши маски.	1	Тренинг с элементами театрализации	https://resh.edu.ru	Воспитывать умение анализировать свои и чужие поступки с позиции их соответствия нравственным нормам.
13	Что такое страх? Страх оценки.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
14	Побеждаем все тревоги.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Формировать навыки, способствующие успешной адаптации в социальной среде
15	Злость и агрессия.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
16	Как справиться со злостью? Лист гнева.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
17	Обида.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
18	Как справиться с обидой.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
19	Чувства вины и стыда.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
20	Эмпатия – это?	1	Лекция	https://media.prosv.ru/conten	Воспитывать доброжелательность, проявление сопереживания, готовности оказывать помощь.
21	Эмпатия в действии.	1	Семинар	https://media.prosv.ru/conten	Воспитывать доброжелатель-

					ное отношение к окружающим, вызывать сочувствие к ним и желание помочь, укреплять чувство единства в классе.
22	Способы выражения чувств.	1	Тренинг с элементами психогимнастики	https://media.prosv.ru/content	Развивать навыки личностного общения в группе сверстников.
23	Резервный час	1			
24	Тренировка «Я-высказываний».	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
25	Комплименты.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Духовно нравственное направление воспитания
26	Конфликтология – это?	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Учить определять достоинства и недостатки себя и других людей, понимать причины их поступков
27	Эффективное разрешение конфликтной ситуации.	1	Квест	https://resh.edu.ru	Формировать навыки, способствующие успешной адаптации в социальной среде
28	Конфликт как возможность развития.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Воспитывать уважение к традициям и ценностям своей семьи, российским традиционным семейным ценностям.
29	Уровень воспитанности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Формировать понимание необходимости нравственного совершенствования
30	Определение уровня школьной и личностной тревожности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
31	Изучение социо-	1	Диагностиче-	https://resh.edu.ru	Развивать навыки

	метрического статуса. Самооценка.		ское занятие		личностного общения в группе сверстников.
32	Изучаем уровень учебной мотивации.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
33	Подведение итогов года.	1	Беседа с элементами рефлексии	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление воспитания
34	Резервный час	1			

7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во академ. часов	Форма проведения занятий	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Введение. Я – семиклассник.	1	Тренинг с элементами психогимнастики	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
2	Оценка уровня интеллекта (ТУС).	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
3	Оценка уровня интеллекта (ТУС). Определение социометрического статуса.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Развивать навыки личного общения в группе сверстников.
4	Изучаем уровень учебной мотивации.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
5	Уровень воспитанности. Самооценка.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Формировать понимание необходимости нравственного совершенствования
6	Определение уровня школьной и личностной тревожности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
7	Изучаем уровень склонности к агрессивному поведению.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
8	Учимся тайм-менеджменту.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Гражданское направление воспитания
9	Воля и трудолюбие – основа умения учиться.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания

10	Домашняя школа самосовершенствования.	1	Семинар	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания Духовно-нравственное направление воспитания
11	Пять «Само» в учении. Первое «Само» – целеполагание.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
12	Второе «Само» – планирование.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
13	Третье «Само» – организация.	1	Квест	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
14	Четвертое «Само» – усвоение.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
15	Пятое «Само» – самоконтроль.	1	Семинар	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
16	Умение работать с информацией.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
17	Рациональное чтение.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
18	Мышление и его активизация.	1	Брейн-ринг	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
19	Резервный час	1			
20	Мои достоинства и недостатки.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://media.prosv.ru/content	Закреплять знания учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека.
21	Тренируем уверенность в себе.	1	Тренинг с элементами психогимнастики	https://media.prosv.ru/content	Учить определять достоинства и недостатки себя и

					других людей, понимать причины их поступков
22	Уверенное выступление.	1	Практическая конференция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания Духовно-нравственное направление воспитания
23	Умение сказать «нет».	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
24	Чем уверенность отличается от самоуверенности.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
25	Выражение своих эмоций приемлемым способом.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Формировать умение анализировать свои и чужие поступки с позиции их соответствия нравственным нормам, давать нравственную оценку своим поступкам, отвечать за них.
26	Альтернативные стили поведения в конфликте.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Способствовать формированию доброго и уважительного отношения к людям.
27	Знакомимся с конструктивными способами общения.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
28	Ищем внутренние ресурсы.	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
29	Определение уровня школьной и личностной тревожности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
30	Изучение социометрического статуса. Самооценка.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать навыки личностного общения в группе сверстников.
31	Изучаем уровень	1	Диагностиче-	https://resh.edu.ru	Познавательное

	учебной мотивации.		ское занятие		направление воспитания
32	Уровень воспитанности.	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Формировать понимание необходимости нравственного совершенствования
33	Подведение итогов года.	1	Беседа с элементами рефлексии	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление воспитания
34	Резервный час	1			

8 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во академ. часов	Форма проведения занятий	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Введение. Пред-профильная подготовка.	1	Беседа с элементами рефлексии	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания. Профориентация
2	Интересы и склонности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление воспитания
3	Особенности интеллектуального развития.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
4	Особенности интеллектуального развития.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
5	Определение типа мышления.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
6	Ведущий тип темперамента.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания
7	Характерологические особенности.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
8	Познавательная активность, школьная тревожность	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление воспитания

9	«Мой психологический портрет».	1	Тренинг с элементами арт-терапии	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление воспитания
10	Как поживаете мои «Я»?	1	Тренинг с элементами психогимнастики	https://media.prosv.ru/content	Закреплять знания учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека.
11	Саморазвитие через самовоспитание	1	Лекция	https://media.prosv.ru/content	Духовно-нравственное направление воспитания
12	Проблема лени. Мотивы. Мотивация.	1	Семинар	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
13	Самообразование через саморазвитие (УУД).	1	Дискуссия	https://resh.edu.ru	Воспитывать уважение к традициям и ценностям своей семьи, российским традиционным семейным ценностям.
14	Роль мотивации и потребностей человека при выборе профессии (мотивация).	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Трудовое направление воспитания
15	Роль мотивации и потребностей человека при выборе профессии (ценности).	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Трудовое направление воспитания
16	Роль мотивации и потребностей человека при выборе профессии (воля).	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания. Трудовое направление воспитания.
17	Профильная зрелость. Мир профессий.	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
18	Развитие способностей в различных сферах деятельности	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания.

	сти.				Трудовое направление воспитания
19	Уровень притязаний.	1	Тренинг с элементами психогимны	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
20	Самоопределение через самоутверждение.	1	Квест	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания
21	Резервный час	1			
22	Многоликий лидер.	1	Тренинг с элементами сказкотерапии	https://media.prosv.ru/content	Развивать интерес к себе, формировать первичные навыки самоанализа.
23	Мой круг общения.	1	Практическое занятие	https://resh.edu.ru	Развивать навыки личного общения в группе сверстников.
24	Эмпатия.	1	Викторина	https://resh.edu.ru	Воспитывать доброжелательность, проявление сопереживания, готовности оказывать помощь.
25	Занятие для мальчиков. «Я и другие».	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания. Физическое воспитание.
26	Занятие для девочек. «Я и другие».	1	Лекция	https://resh.edu.ru	Духовно-нравственное направление воспитания. Физическое воспитание
27	Выбор профиля обучения.	1	Групповое консультирование	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания. Духовно-нравственное направление воспитания. Профориентация.
28	Рациональные приемы умственной де-	1	Групповое консультирование	https://proektoria.online	Познавательное направление вос-

	тельности (подготовка к экзаменам).				питания. Физическое воспитание. Профорентация.
29	Режим труда и отдыха (подготовка к экзаменам).	1	Групповое консультирование	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания. Трудовое направления воспитания. Воспитание культуры здорового образа жизни. Профорентация.
30	Защита учащимися проектов по выбору профиля с последующим обсуждением.	1	Практическая конференция	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания. Профорентация.
31	Защита учащимися проектов по выбору профиля с последующим обсуждением.	1	Практическая конференция	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания. Профорентация.
32	Защита учащимися проектов по выбору профиля с последующим обсуждением.	1	Практическая конференция	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания. Профорентация.
33	Итоговое занятие	1	Беседа с элементами рефлексии	https://proektoria.online	Духовно-нравственное направление воспитания
34	Резервный час	1			

9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество академических часов	Форма проведения занятий	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1.	«Познай себя». Изучение уровня интеллектуального развития школьников (тест ШТУР).	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
2.	«Познай себя». Изучение уровня интеллектуального развития школьников (тест ШТУР).	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
3.	«Познай себя». Изучение познавательной активности (тест Спилбергера).	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
4.	«Познай себя». Изучение индивидуальных особенностей школьников (тест Айзенка, тест Леонгарда).	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
5.	«Познай себя». Изучение ценностных ориентаций, социометрия, анкета по адаптации.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
6.	Диагностическое занятие «Познай себя». Изучение типов памяти.	1	Диагностическое занятие	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
7.	Самооценка и уровень притязаний.	1	Беседа	https://proektoria.online	Духовно-нравственное направление воспитания (личностный рост)
8.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1	Диагностическое занятие, беседа	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания (личностный рост). Профориентация

9.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1	Диагностическое занятие, лекция	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
10	Определение типа мышления.	1	Диагностическое занятие, беседа	https://resh.edu.ru	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
11	Внимание и память.	1	Лекция	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
12	Уровень внутренней свободы.	1	Диагностическое занятие, дискуссия	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
13	Обобщающее занятие по теме «Что я знаю о своих возможностях».	1	Семинар, дискуссия	https://proektoria.online	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
14	Классификации профессий. Признаки профессии	1	Лекция, беседа	https://proektoria.online	Профориентация
15	Формула профессии. Профессия, специальность, должность	1	Лекция, беседа	https://proektoria.online	Профориентация
16	Резервный час	1			
17	Интересы и склонности в выборе профессии.	1	Дискуссия	https://proektoria.online	Профориентация
18	Определение типа будущей профессии. Определение профессионального типа личности	1	Диагностическое занятие	https://proektoria.online	Профориентация
19	Профессионально важные качества.	1	Беседа	https://proektoria.online	Профориентация
20	Профессия и здоровье.	1	Лекция, беседа	https://proektoria.online	Профориентация
21	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».	1	Семинар	https://proektoria.online	Профориентация
22	Способности общие и специальные.	1	Лекция	https://proektoria.online	Профориентация

	Практические способности.				
23	Уровни профессиональной пригодности. Самоорганизация и самовоспитание.	1	Лекция	https://proektoria.online	Профориентация
24	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».	1	Семинар	https://proektoria.online	Профориентация
25	Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии	1	Лекция, беседа	https://proektoria.online	Профориентация
26	Современный рынок труда. Пути получения профессии.	1	Лекция, беседа	https://proektoria.online	Профориентация
27	Обобщающий. Стратегия выбора профессии. Моя будущая профессия.	1	Практическое занятие, беседа	https://proektoria.online	Профориентация
28	Скоро экзамены... Что такое ОГЭ?	1	Лекция, беседа	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
29	Оценка нервно-психического напряжения выраженности астенического состояния выпускников. Методика ШАС.	1	Диагностическое занятие	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
30	Подготовка к экзамену (законы внимания и памяти).	1	Лекция, беседа	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
31	Подготовка к экзамену (рекомендации по режиму дня и питанию).	1	Лекция, беседа	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
32	Психоэмоциональное состояние обучающихся. Релаксация.	1	Медитативная Релаксация.	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление воспитания (личностный рост)
33	Как справиться с экзаменационным	1	Тренинг	https://media.prosv.ru/content	Познавательное направление вос-

	стрессом.				питания (личностный рост)
34	Итоговое занятие	1	Тренинг		Познавательное направление вос- питания (личностный рост)