



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 25 «Олимп»

Рассмотрена на заседании  
межпредметного МО  
протокол №1 от 26.08.2024 г.

Принята на заседании  
педагогического совета  
(протокол № 1 от 28.08.2024  
г.)

Утверждена приказом  
от 28.08.2024 г. № 08.28/1-п

**Рабочая программа**  
**по внеурочной деятельности**  
**«Я - пятиклассник»**

Уровень образования: *среднее общее образование*  
*5 класс*

Уровень: ***Базовый***

Педагог-психолог:  
Тихонова Л. В.

**Великий Новгород**  
**2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Первый раз в пятый класс» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта основного общего образования, на основе авторской программы по психологии Е. Г Коблик, О.В Хухлаевой, Программы воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования, а также планируемых результатов основного общего образования.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Первый раз в пятый класс» ориентирована на учащихся 5-ых классов. Тематическое планирование рассчитано на 1 учебный час в неделю, что составляет 35 учебных часов в год. Данное количество часов, содержание предмета полностью соответствуют варианту авторских программ по психологии Е. Г Коблик, О.В Хухлаевой, рекомендованной Министерством образования и науки РФ (Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003), Хухлаевой О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в средней школе(5-6).- М.: «Генезис», 2005).

Переход из младшей школы в среднюю — важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники. Кроме того, нередко дети переходят из одного здания школы в другое, тогда им приходится привыкать еще и к новому помещению.

Пятиклассникам в школе и интересно, и тревожно: хочется быть активными, умными и независимыми, нужными и успешными, хочется, чтобы новый учитель оценил и увидел все самое лучшее в них.

Насколько легко и быстро младший подросток приспособится к условиям средней школы, зависит не только и не столько от его интеллектуальной готовности к обучению. Важно, чтобы были сформированы умения и навыки, определяющие успешность адаптации:

- умение осознавать требования учителя и соответствовать им;
- умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
- умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
- навыки общения и достойного поведения с одноклассниками;
- навыки уверенного поведения;
- навыки совместной (коллективной) деятельности;
- навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем;
- навыки самоподдержки;
- навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Предлагаемая программа направлена на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития.

В программе значительное место уделено формированию навыков осознания требований учителя, навыков уверенного поведения, оценки собственных возможностей и способностей, а также работе с негативными эмоциональными состояниями.

### **Цели и содержание программы:**

**Цель** - способствовать психологической адаптации пятиклассников к условиям средней школы (создать условия, позволяющие каждому пятикласснику как можно легче и радостнее вступить в новый этап школьного обучения; поддержать и развить в детях интерес к знаниям; помочь им общаться с новыми одноклассниками и преподавателями).

В соответствии с целью сформулированы **задачи**:

- формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
- формирование устойчивой учебной мотивации детей;
- создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований;
- повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков;
- освоение детьми школьных правил;
- выработка норм и правил жизни класса;
- формирование адекватных форм поведения в новых школьных ситуациях;
- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

Характеристика основных этапов работы

*На первом этапе* работы основное внимание уделяется формированию групповой сплоченности, навыков поведения в новых школьных ситуациях, умению ориентироваться в пространстве школы.

*На втором этапе* проводится работа с основными проблемами, возникающими у пятиклассников. Кроме того, решается важная задача принятия правил школы и класса, установления норм взаимоотношений со сверстниками в классе, преподавателями и другими сотрудниками школы.

*На третьем этапе* продолжается работа по осознанию детьми требований преподавателей. Формируется понимание критериев оценки устной или письменной работы (правильность, аккуратность, красота и др.), критериев отношения педагогов к правилам поведения в школьном кабинете, к правилам ведения тетрадей, осваиваются способы работы, способствующие достижению высоких результатов.

*На четвертом этапе* особое внимание уделяется формированию некоторых учебных навыков, связанных с самоорганизацией и самоконтролем в учебной деятельности, продолжается работа над развитием коммуникативных умений,

среди которых выделяются конструктивные способы поведения в конфликтных школьных ситуациях.

*На пятом этапе* происходит осмысление личных целей детей на период обучения в 5 классе. Подводятся итоги групповой работы.

Нижеуказанные пособия позволяют организовать **методическое** обеспечение внеурочной деятельности «**Первый раз в пятый класс**» в 5 классе:

1. Коблик Е. Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2013),
2. Хухлаевой О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в средней школе(5-6).- М.: «Генезис», 2015

**Предполагаемый результат:** снижение уровня школьной тревожности; повышение групповой сплоченности; позитивная динамика эмоционального развития ребенка, характеризующаяся возрастанием степени осознания чувств; гармонизация образа «Я» (позитивная самооценка); повышение уверенности в себе и своих возможностях; формирование у детей позитивного отношения к школе, к учителям и одноклассникам.

Методы и техники, используемые в программе:

1. *Ролевые игры.* Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).
2. *Дискуссии.* Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
3. *Рисуночная арт-терапия.* Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).
4. *Моделирование образцов поведения.* Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.
5. *Метафорические истории и притчи.*

Принципы работы тренинговой группы:

*Принцип добровольного участия в работе группы.* Он касается как выполнения отдельных упражнений, так и участия в занятиях в целом.

*Принцип обратной связи.* В процессе занятий создаются условия, обеспечивающие готовность детей давать обратную связь другим детям и ведущему тренинга, а также принимать ее.

*Принцип самопознания.* В содержании занятий предусматриваются упражнения, помогающие ребенку самостоятельно познавать особенности своей личности.

*Принцип равноправного участия.* В соответствии с этим принципом необходимо создавать условия для равноправного межличностного общения детей на занятиях.

*Принцип психологической безопасности.* Упражнения не должны пугать и настораживать детей.

Структура занятия:

Каждое занятие начинается *ритуалом приветствия*, выполняющим функцию установления эмоционально-позитивного контакта психолога с ребенком и формирования у ребенка направленности на сверстников, и завершается *ритуалом прощания*. Эти процедуры спланивают детей, создают атмосферу группового доверия и принятия.

*Разминка* включает упражнения, которые помогают детям настроиться на работу, повышают уровень их активности и способствует формированию групповой сплоченности.

*Обсуждение домашнего задания* проводится после (иногда вместо) разминки и способствует закреплению пройденного материала.

*Основная часть занятия* включает в себя психотехнические упражнения, игры и приемы, направленные на решение основных задач тренинга.

*Обсуждение итогов занятия*, или рефлексия является обязательным этапом и предполагает эмоциональную и смысловую оценку содержания занятия в ходе заключительного обсуждения. Соблюдение подобной структуры занятий, привыкание к ней детей помогает им войти в новую деятельность и сформировать соответствующие ожидания.

Начинаются занятия с пятиклассниками со второй недели сентября.

Программа тренинга рассчитана на 35 занятий по 1 академическому часу. Занятия проводятся 1 раз в неделю, работа по программе занимает первое полугодие.

### Календарно- тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Решаемая проблема	Планируемые результаты	
				метапредметные результаты	личностные результаты
1	<b>Создание группы</b>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать группу участников;</li> <li>- способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;</li> <li>- выяснить ожидания детей;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li> <li>- <b>работать в группе,</b></li> <li>- устанавливать рабочие</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах</li> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.</li> </ul>	<p>отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> </ul>	<p>взрослыми в процессе образовательной, творческой и других видов деятельности;</p>
2	Здравствуй, пятый класс!	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- дать возможность детям поближе познакомиться друг с другом, способствовать формированию групповой сплоченности;</li> <li>- помочь детям прояснить свои цели на время обучения в пятом классе.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</li> <li>- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению,</li> <li>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;</li> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,</li> </ul>
3	Находим друзей	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;</li> <li>- помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе;</li> <li>- повысить самооценку детей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с метафорами,</li> <li>- понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</li> <li>- адекватно самостоятельно</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;</li> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,</li> </ul>

				оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	
4	<b>Узнай свою школу</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- помочь учащимся ознакомиться со школьными правилами и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>- основам коммуникативной рефлексии;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению,</li> <li>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</li> </ul>
5	<b>Что поможет мне учиться?</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- помочь участникам группы осознать правила работы на уроке;</li> <li>- способствовать формированию учебных навыков;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</li> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</li> </ul>	<p>мотивации к обучению и познанию,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах,</li> </ul>
6	Легко ли быть учеником?	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- помочь детям осознать, какие качества необходимы хорошему ученику;</li> <li>- способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> </ul> <p>К: - устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li> <li>- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</li> </ul>



				по ходу его реализации;	
7	Чего я боюсь?	1	<p>— научить детей распознавать свои школьные страхи помочь найти способы их преодоления;</p> <p>— снизить школьную тревожность.</p>	<p>- устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</p> <p>- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;</p> <p>- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</p> <p>- основам коммуникативной рефлексии;</p> <p>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</p> <p>- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия; актуальный контроль на уровне произвольного внимания;</p>	<p>- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;</p>
8-9	Трудно ли быть настоящим учителем?	2	<p>- расширение и обогащение навыков общения с учителями;</p> <p>- формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки;</p> <p>- коррекция мотивации избегания неудачи</p>	<p>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</p> <p>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</p> <p>- задавать вопросы, необходимые для</p>	<p>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;</p> <p>- освоение социальных норм,</p>

			<p>в школьных ситуациях.</p> <p>организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;</li> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> <li>- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия; актуальный контроль на уровне произвольного внимания</li> </ul>	<p>правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые сообщества;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</li> </ul>	
10-11	<b>Конфликт или взаимодействие?</b>	2	<p>—общение в конфликте конструктивное разрешения конфликтов;</p> <p>умение свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</li> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>-осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;</li> <li>- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного</li> </ul>

				<p>партнёра, уметь убеждать;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</li> <li>- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> </ul>	<p>выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование коммуникативной компетентности - формирование ценности здорового и безопасного образа жизни</li> </ul>
12	<b>Работа с негативными переживаниями</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение эмоциональной устойчивости детей;</li> <li>- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций;</li> <li>- формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с метафорами,</li> <li>- понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> <li>- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>- развитие эстетического сознания через творческую деятельность эстетического характера.</li> </ul>
13	<b>Кто Я,</b>	<b>1</b>	- способствовать осознанию своих	- работать с метафорами	- воспитание российской

	<b>какой Я?</b>		<p>качеств, повышение самооценки</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> <li>К: - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>-осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</li> <li>- основам коммуникативной рефлексии;</li> <li>- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;</li> </ul>	<p>гражданской идентичности; осознание своей этнической принадлежности, усвоение гуманистических, демократических ценностей российского общества;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</li> </ul>
14	<b>Я могу!</b>	<b>1</b>	<p>осознание своих качеств и повышение самооценки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</li> </ul>

				основе переговоров;	
15	<b>Я нужен!</b>	<b>1</b>	- формирование позитивной Я-концепции	<ul style="list-style-type: none"> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</li> <li>- <b>работать в группе</b> — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</li> <li>- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками</li> </ul>
16	<b>Я мечтаю</b>	<b>1</b>	- научить детей умению свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> <li>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> <li>- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в</li> </ul>

				<p>потребностей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</li> </ul>	<p>социально значимом труде;</p>
17	<b>Я - это мои цели!</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- давать определение понятиям;</li> <li>- устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;</li> <li>- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию</li> </ul>
18	<b>Я – это мое детство</b>	<b>1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование позитивной Я-концепции</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> <li>- использовать адекватные языковые средства для</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к</li> </ul>

				<p>отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</p> <p>- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>	<p>членам своей семьи;</p>
19	<p><b>Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее</b></p>	1	<p>- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем</p>	<p>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</p> <p>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</p> <p>- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</p> <p>- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</p>	<p>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе осознанного выбора и построения дальнейшей индивидуальной траектории образования с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</p>
20	<p><b>Я имею право чувствовать и выразить свои чувства. Чувства бывают</b></p>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать рефлексии эмоциональных состояний;</li> <li>• способствовать адекватном</li> </ul>	<p>- работать с метафорами,</p> <p>- понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</p> <p>- основам коммуникативной</p>	<p>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные</p>

	<b>разные.</b>		у самовыражению.	рефлексии; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	сообщества; - формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
21	<b>Стыдно ли бояться?</b>	<b>1</b>	- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем,	- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; - формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; - формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
22	<b>Имею ли я право сердиться и обижаться</b>	<b>1</b>	- формирование навыков принятия собственных негативных	- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов	- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни



	я?		эмоций	<p>библиотек и Интернета;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</li> <li>- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;</li> </ul>	<p>в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</li> <li>- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;</li> </ul>
23	<b>Я и мой внутренний мир. Каждый видит мир и чувствует по – своему.</b>	1	- подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	<ul style="list-style-type: none"> <li>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;</li> <li>- планировать пути</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> </ul>

				<p>достижения целей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> </ul>	
24	<p><b>Любой внутренний мир ценен и уникален</b></p>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- <b>работать в группе</b></li> <li>- устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;</li> <li>- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> </ul>
25	<p><b>Кто в ответе за мой внутренний мир. Чему меня могут научить трудные ситуации ?</b></p>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>- уметь самостоятельно</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей российского общества;</li> <li>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку,</li> <li>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и</li> </ul>

				<p>контролировать своё время и управлять им;</p> <p>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</p>	сообществах,
26	<b>В трудной ситуации я ищу силу внутри себя и она обязательно найдется.</b>	<b>1</b>	<p>- научить находить и использовать психологические ресурсы</p>	<p>- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</p> <p>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</p> <p>- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</p> <p>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</p>	<p>- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей российского общества;</p> <p>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</p>
27	<b>Я и ТЫ. Я и мои друзья</b>	<b>1</b>	<p>- обсудить проблемы подростковой дружбы.</p>	<p>- работать с метафорами</p> <p>- понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</p> <p>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</p> <p>- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;</p> <p>- адекватно самостоятельно</p>	<p>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;</p> <p>- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;</p> <p>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм</p>

				оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	социальной жизни в группах и сообществах
28	<b>Я и мои «колючки».</b>	<b>1</b>	- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.	- устанавливать причинно-следственные связи; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; - <b>работать в группе</b> — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
29	<b>Что такое одиночество?</b>	<b>1</b>	- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.	- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; - осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

30	<b>Я не одинок в этом мире.</b>	1	- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;</li> <li>- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;</li> <li>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</li> </ul>
31	<b>Мы начинаем меняться. Нужно ли человеку меняться ?</b>	1	помочь подросткам осознать свои изменения;	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию</li> </ul>
32	<b>Самое важное – захотеть меняться</b>	1	мотивировать подростков к позитивному самоизменению.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основам реализации проектно-исследовательской деятельности;</li> <li>- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к</li> </ul>

				<p>употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> </ul>	<p>саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</p>
33	<b>Агрессия и ее роль в жизни человека. У меня появилась агрессия.</b>	1	<p>помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>- планировать пути достижения целей;</li> <li>- устанавливать целевые приоритеты;</li> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> </ul>	<p>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</p>

34	<b>Агрессия со стороны. Как на нее реагировать?</b>	1	научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других	<ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать причинно-следственные связи;</li> <li>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</li> <li>- основам коммуникативной рефлексии;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> <li>- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;</li> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми</li> </ul>
35	<b>Учимся договариваться</b>	1	научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</li> <li>- включающее установление причинно-следственных связей;</li> <li>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> <li>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</li> <li>- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора,</li> <li>- формирование коммуникативной компетентности в общении</li> </ul>

					и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми
--	--	--	--	--	--

### **Личностные и метапредметные результаты освоения курса**

**В результате изучения данного курса обучающиеся 5 класса получат возможность формирования**

#### **Личностных результатов:**

- Определять и высказывать под руководством психолога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
- В предложенных психологом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и психолога, как поступить.

#### **Метапредметных результатов :**

##### **Регулятивные УУД:**

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью психолога.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного.
- Учиться совместно с психологом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

##### **Познавательные УУД:**

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью психолога.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, свой жизненный опыт и информацию.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать.

##### **Коммуникативные УУД:**

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Читать и пересказывать текст.



- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

### **Основные результаты**

- Низкий уровень тревожности
- Высокая и нормальная самооценка
- Позитивное отношение к себе и своей личности
- Хорошо сформированные умения общения со сверстниками и взрослыми, в том числе педагогами
- Сплоченный классный коллектив обучающихся с положительной мотивацией к обучению
- Средний и высокий уровень познавательных процессов.

**Основные умения и навыки**, которыми должен овладеть школьник за время занятий по программе:

- Умение осознавать требования учителя и соответствовать им
- Умение устанавливать межличностные отношения с педагогами
- Умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы
- Умение общения и достойного поведения с одноклассниками
- Навыки коллективной деятельности.

### **Формы контроля:**

- Применение проективных методик диагностики (н-р, «Школа зверей»)
- Наблюдение и ведение индивидуальных карт.

Для изучения курса «Психология», в наличии следующие **объекты и средства материально-технического обеспечения**:

**Оборудование:** ученические столы и стулья по количеству учащихся, учительский стол, шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр., настенная доска для вывешивания иллюстративного материала.

**Технические средства** обучения (предметы и устройства, которые выполняют информационную, управляющую, тренирующую, контролирующие функции в учебно-воспитательном процессе)

- классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц, картинок;
- демонстрационное оборудование, предназначенное для одновременной демонстрации изучаемых объектов и явлений группе обучаемых и обладающее свойствами, которые позволяют видеть предмет или явление (компьютер, CD и DVD);
- вспомогательное оборудование и устройства, предназначенные для обеспечения эксплуатации учебной техники, удобства применения наглядных средств обучения, эффективной организации проектной деятельности, в т. ч. принтер, ксерокс, сканер.

**Экранно-звуковые пособия**, передающие содержание образования через изображение, звук, анимацию;

-дополнительные мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, интернет-ресурсы, аудиозаписи, видеофильмы, слайды, мультимедийные презентации, тематически связанные с содержанием курса;

**Библиотечный фонд** (книгопечатная продукция)

- учебно-методические комплекты, обеспечивающие изучение/преподавание учебного курса «Психология» (комплексная программа, учебные пособия для учащихся, методическая литература для учителя и др.);
- нормативные документы отражающие правовые основы изучения в учреждениях системы общего образования психологии;
- специальные дополнительные пособия для учителя и литература, предназначенная для оказания ему информационной и методической помощи (учебники по психологии, книги для учителя по психологии и дополнительному образованию, окружающему миру, литературе и др.);
- научно-популярные книги, содержащие дополнительный познавательный материал развивающего характера по различным темам курса;
- хрестоматийные материалы, включающие тексты художественных произведений, тематически связанные с содержанием курса «Тропинка к своему «Я»;
- энциклопедическая и справочная литература (философские и психологические словари, справочники по теории и истории психологии, биографии отечественных и зарубежных психологов и значимых персоналий и др.);

- художественные альбомы, содержащие иллюстрации к основным разделам курса.

### **Литература, электронные ресурсы.**

#### *Литература для обучающихся*

1. Васильченко К.В. Путешествие в страну «Я». - Д.: «Сталкер», 1998 г.
2. Гуревич П.С. Человек. – М.: Дрофа, 1995г.
3. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя и о тебе.- М. «Просвещение» 1991 г. .
4. Коломинский Я.Л. Человек: психология.- М. «Просвещение», 1986 г.
5. Леви В.Л. Вагон удачи. – М.: Метафора, 2003.

#### *Литература для учителя:*

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. - М.:изд.-во «Ось-89», 2001г.
2. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. - Новосибирск, 1997 г.
3. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения.- Екатеринбург,1997 г.
4. Конфликтология в школе. Учебно – методическое пособие для средних общеобразовательных учреждений/ Под редакцией С.В. Баныкиной, М., 2002
5. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003 г.
6. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003г.
7. Микляева А.В. Я – подросток.Я среди других людей. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003 г.

8. Плахотникова И.В. Развитие личностной саморегуляции: методическое пособие/ И. В. Плахотникова, В.И. Моросанова.- М.: Вербуи – М, 2004
9. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
10. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.
11. Смирнова Е.Е. на пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003.
12. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения/Пер. с нем. – М.: Генезис, 2003.
13. Фопель К. Чтобы дети были счастливы. Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.
14. Черникова Т.В., Сукачева Г.А. старшеклассник без стрессов и тревог. Программы учебно – тренировочных и клубных занятий: метод. Пособие.-2-е изд.стереотипное – М.: Глобус, 2007.

#### *Электронные ресурсы*

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке» , режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>
5. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
6. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psyncatalog.ru>
7. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowwww.narod.ru/>
8. «ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией» , режим доступа: <http://explorateur.narod.ru/library.htm>
9. «Антистресс», режим доступа: <http://marks.on.ufanet.ru>
10. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие» , режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.

**Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов**, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>

1. **hpsy.ru**, режим доступа: <http://hpsy.ru/about.htm>
2. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: <http://flogiston.ru/library>

3. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа:  
<http://www.proshkolu.ru>
4. Журнал «Психология», режим доступа: <http://www.psychology.su/>