

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Покровская основная общеобразовательная школа»  
Ивнянского района Белгородской области

Рассмотрена  
на заседании  
педагогического  
совета школы  
Протокол № 1  
от «18» 08 2024 г.

Согласовано.  
Заместитель директора  
 С.Ю. Пузанова

Утверждаю.  
Директор школы  
 И.А. Морозова  


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Первый раз в пятый класс»**

**Период освоения программы: 1 год**

**Возраст обучающихся: 10-11 лет**

**Срок реализации – 2024-2025 уч.г.**

**Автор программы: Морозова  
Ирина Иннокентьевна**

Покровка, 2024 г.

## Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «**Первый раз в пятый класс**» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897), Примерной программы для основной школы, рекомендованной Министерством образования и науки РФ, 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.

Для внеурочной деятельности «**Первый раз в пятый класс**» в МБОУ «Покровская ООШ» выбрана содержательная линия **УМК по психологии Е. Г Коблик, О.В Хухлаевой**. Главные особенности учебно-методического комплекта (УМК) по психологии состоят в том, что они обеспечивают преемственность курсов внеурочной деятельности в начальной школе и в последующих классах основной школы, а также в полной мере реализуют принципы деятельностного подхода, что полностью соответствует миссии и целям школы и образовательным запросам обучающихся.

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, 2003),

2. Хухлаевой О.В. Тропинка к своему «Я» (Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в средней школе(5-6).- М.: «Генезис», 2005

**Критериями эффективности занятий выступают:** 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.

## **1. Личностные, метапредметные результаты освоения курса .**

### **Личностные результаты**

1. Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества.

2. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

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.

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, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

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

### **Метапредметные результаты:**

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

7. Смысловое чтение;

8. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

9. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

10. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ– компетенции)

### **2. Основное содержание программы**

#### **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 спланируют 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.

### 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.

### Занятия проводятся по следующим темам:

Создание группы. Здравствуй, пятый класс! Находим друзей. Узнай свою школу. Что поможет мне учиться? Легко ли быть учеником? Чего я боюсь? Трудно ли быть настоящим учителем? Конфликт или взаимодействие? Работа с негативными переживаниями.

Кто Я, какой Я? Я могу! Я нужен! Я мечтаю. Я- это мои цели! Я – это мое детство. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться? Я и мой внутренний мир. Каждый видит мир и чувствует по – своему. Любой внутренний мир ценен и уникален. Кто в ответе за мой внутренний мир. Чему меня могут научить трудные ситуации? В трудной ситуации я ищу силу внутри себя и она обязательно найдется. Я и ТЫ. Я и мои друзья. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире. Мы начинаем меняться. Нужно ли человеку меняться? Самое важное – захотеть меняться. Агрессия и ее роль в жизни человека. У меня появилась агрессия. Агрессия со стороны. Как на нее реагировать? Учимся договариваться.

### 3. Календарно- тематическое планирование 35 часов.

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Решаемая проблема	понятия	Планируемые результаты	
						метапредметные результаты	личностные результаты
1	01-04.09	Создание группы	1	- сформировать группу участников; - способствовать созданию доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе; - выяснить ожидания детей;	группа, правила группы, психологические упражнения	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром; - работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать	- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах - формирование коммуникативной компетентности в

				- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.		продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - основам коммуникативной рефлексии; <b>Р:</b> - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;	общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой и других видов деятельности;
2	07-11.09	<b>Здравствуй, пятый класс!</b>	1	- дать возможность детям поближе познакомиться друг с другом, способствовать формированию групповой сплоченности; - помочь детям прояснить свои цели на время обучения в пятом классе.	группа, коллектив, групповая сплоченность	<b>П:</b> - проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя; - основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения; <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; <b>Р:</b> - устанавливать целевые приоритеты; - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;	- формирование ответственного отношения к учению, освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах; - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,
3	14-17.09	<b>Находим друзей</b>	1	- способствовать формированию навыков взаимодействия в группе; - помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе; - повысить самооценку детей.	взаимодействие в группе, дружба	<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению; - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками,
4	21-25.09	<b>Узнай свою школу</b>	1	- помочь учащимся ознакомиться со школьными правилами и осознать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.	школьные правила, поведение, школьные ситуации	<b>П:</b> - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор; - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; - основам коммуникативной рефлексии; <b>Р:</b> - устанавливать целевые приоритеты; - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- формирование ответственного отношения к учению, 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;
5	28.09-	<b>Что</b>	1	- помочь участникам	правил	<b>П:</b> - проводить наблюдение и	- формирование

	02.10	<b>поможет мне учиться?</b>		группы осознать правила работы на уроке; - способствовать формированию учебных навыков; - способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.	а работы на уроке, учебные навыки, эмпатия	эксперимент под руководством учителя; - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - устанавливать причинно-следственные связи; <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; <b>Р:</b> - планировать пути достижения целей; - основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.	ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, - формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах,
6	05-09.10	<b>Легко ли быть учеником?</b>	1	- помочь детям осознать, какие качества необходимы хорошему ученику; - способствовать развитию воображения и навыков совместной деятельности	хороший (успешный) ученик, качества хорошего ученика	<b>П:</b> - устанавливать причинно-следственные связи; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор; - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- 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;
7	12-16.10	<b>Чего я боюсь?</b>	1	— научить детей распознавать свои школьные страхи помочь найти способы их преодоления; — снизить школьную тревожность.	школьная тревожность, страхи, отношения к страхам, стратегии работы со страхами	<b>П:</b> - устанавливать причинно-следственные связи; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы; - осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать; - основам коммуникативной рефлексии; <b>Р:</b> - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров; - осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия; актуальный контроль на уровне произвольного внимания;	- 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;
8-9	19-23.10	<b>Трудно ли быть настоящим?</b>	2	- расширение и обогащение навыков общения с учителями;	учитель, общен	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;	- формирование осознанного, уважительного и

	02-06.11	<b>М учителем?</b>		- формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки; - коррекция мотивации избегания неудачи в школьных ситуациях.	ие с учителем, оценка, учебная мотивация	- работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром; - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы; <b>Р:</b> - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им; - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров; - осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия; актуальный контроль на уровне произвольного внимания	доброжелательного отношения к другому человеку; готовности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые сообщества; - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
10-11	09-13.11 16-20.11	<b>Конфликт или взаимодействие?</b>	2	—общение в конфликте конструктивное разрешения конфликтов; умение свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.	конфликт, взаимодействие, стратегия поведения в конфликте, сотрудничество	<b>П:</b> - проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя; - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; - осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную; - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; - 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; - формирование коммуникативной компетентности - формирование ценности здорового и безопасного образа жизни
12	23-27.11	<b>Работа с негативными</b>	1	- повышение эмоциональной устойчивости детей;	эмоциональная	<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять	- формирование ценности здорового и безопасного образа

		<b>переживаниями</b>		- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций; - формирование умения адекватно воспринимать обидные замечания.	устойчивость, негативные эмоции	обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание; <b>Р:</b> - планировать пути достижения целей; - устанавливать целевые приоритеты; - основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.	жизни; - развитие эстетического сознания через творческую деятельность эстетического характера.
13	30.11-04.12	<b>Кто Я, какой Я?</b>	1	- способствовать осознанию своих качеств, повышение самооценки	Я-концепция	<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; -осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать; - основам коммуникативной рефлексии; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- воспитание российской гражданской идентичности; осознание своей этнической принадлежности, усвоение гуманистических, демократических ценностей российского общества; - формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
14	07-11.12	<b>Я могу!</b>	1	осознание своих качеств и повышение самооценки.	уровень притязаний, успех, неуспех, самооценка	<b>П:</b> - проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; <b>Р:</b> - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	- 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;
15	14-18.12	<b>Я нужен!</b>	1	- формирование позитивной Я-концепции	позитивная Я-концепция	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор; - работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное	- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного

					взаимодействие со сверстниками и взрослыми; - <b>Р:</b> - целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную; - планировать пути достижения целей;	отношения к собственным поступкам; - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками	
16	21-25.12	<b>Я мечтаю</b>	<b>1</b>	- научить детей умению свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.	воображение, мечта, свобода	<b>П:</b> - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.	- 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 социально значимом труде;
17	11-15.01	<b>Я - это мои цели!</b>	<b>1</b>	- повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков	цели, реализация целей	<b>П:</b> - давать определение понятиям; - устанавливать причинно-следственные связи; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы; - <b>Р:</b> - целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную; - планировать пути достижения целей; - устанавливать целевые приоритеты;	- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию
18	18-22.01	<b>Я – это мое детство</b>	<b>1</b>	- формирование Я-позитивной концепции		<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации	- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
19	25-29.01	<b>Я – это мое настоящее. Я – это</b>	<b>1</b>	- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные	временная перспектива	<b>П:</b> - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - работать с метафорами — понимать	- формирование ответственного отношения к учению, готовности и

		мое будущее		моменты происходящем	В		переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.	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;
20	01-05.02	Я имею право чувствовать и выразить свои чувства. Чувства бывают разные.	1	— способствовать рефлексии эмоциональных состояний; — способствовать адекватному самовыражению.		рефлексия эмоциональных состояний, адекватное самовыражение	<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - основам коммуникативной рефлексии; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - 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;
21	08-12.02	Стыдно ли бояться?	1	- развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты происходящем,		стыд	<b>П:</b> - осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - 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	15-19.02	Имею ли я право сердиться и	1	- формирование навыков принятия собственных негативных эмоций		негативные эмоции	<b>П:</b> - осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета; - строить логическое рассуждение,	- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм

		обижаться?			включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно 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, 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;	
23	22-26.02	<b>Я и мой внутренний мир. Каждый видит мир и чувствует по – своему.</b>	1	- подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	внутренний мир, ценность, уникальность	<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; <b>Р:</b> - целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную; - планировать пути достижения целей; - устанавливать целевые приоритеты;	- 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;
24	29.02-04.03	<b>Любой внутренний мир ценен и уникален</b>	1	- подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	ценность и уникальность внутреннего мира	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - <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; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- 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;
25	07-11.03	<b>Кто в ответе за мой внутренний мир.</b>	1	- подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли	чувства, мысли, ответственно	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем	- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей

		Чему меня могут научить трудные ситуации?			ть	принимать решения и делать выбор; - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; <b>Р:</b> - планировать пути достижения целей; - устанавливать целевые приоритеты; - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им; - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	российского общества; - формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах,
26	14-18.03	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя и она обязательно найдется.	1	- научить находить и использовать психологические ресурсы	психологические ресурсы	<b>П:</b> - осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета; - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности; <b>Р:</b> - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;	- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей российского общества; - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
27	28.03-01.04	Я и ТЫ. Я и мои друзья	1	- обсудить проблемы подростковой дружбы.	дружба	<b>П:</b> - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать; <b>Р:</b> - адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;	- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; - готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах
28	06-08.04	Я и мои «колючки».	1	- развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.	Психологические «колючки»	<b>П:</b> - устанавливать причинно-следственные связи; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; <b>Р:</b> - 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	11-15.04	<b>Что такое одиночество?</b>	1	- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.	одиночество, эмпатия	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - 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; <b>Р:</b> - 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	18-22.04	<b>Я не одинок в этом мире.</b>	1	- способствовать самораскрытию детей и развитию эмпатии.	самораскрытие	<b>П:</b> - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; <b>К:</b> - 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; <b>Р:</b> - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
31	25-29.04	<b>Мы начинаем меняться. Нужно ли человеку меняться?</b>	1	помочь подросткам осознать свои изменения;	психологические особенности подростков	<b>П:</b> - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; <b>К:</b> - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь; - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности; <b>Р:</b> - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;	- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию
32	02-06.05	<b>Самое важное – захотеть меняться</b>	1	мотивировать подростков позитивному самоизменению.	мотивация, позитивное самозменение	<b>П:</b> - основам реализации проектно-исследовательской деятельности; - работать с метафорами — понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов. <b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей; <b>Р:</b> - планировать пути достижения целей; - устанавливать целевые приоритеты;	- 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, с учётом устойчивых

					<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> </ul>	<p>познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</p>
33	09-13.05	<b>Агрессия и ее роль в жизни человека. У меня появилась агрессия.</b>	1	помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью,	<p>Агрессия, агрессивность</p> <p><b>П:</b> - устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p><b>К:</b> - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</p> <p><b>Р:</b> - планировать пути достижения целей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <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>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> </ul>
34	16-20.05	<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	<p>контроль агрессии, агрессивного поведения, саморегуляция</p> <p><b>П:</b> - устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;</p> <p><b>К:</b> - устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;</p> <p>- основам коммуникативной рефлексии;</p> <p><b>Р:</b> - принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</p> <p>- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.</p>	<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	23-27.05	<b>Учимся договариваться</b>	1	научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других	<p>агрессия со стороны других, саморегуляция</p> <p><b>П:</b> - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;</p> <p>- включающее установление причинно-следственных связей;</p> <p><b>К:</b> - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</p> <p><b>Р:</b> - уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</p> <p>- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров</p>	<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 и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми</li> </ul>

#### 4. Материально-техническое обеспечение курса

Для изучения курса «Первый раз в 5 класс», 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; комплект мягкой мебели

**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, мультимедийный проектор, интерактивная доска, 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 «Первый раз в 5 класс»;

- 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.

## 5. 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.
1. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. - Новосибирск, 1997 г.
2. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения.-Екатеринбург,1997 г.
3. Конфликтология в школе. Учебно – методическое пособие для средних общеобразовательных учреждений/ Под редакцией С.В. Банькиной, М., 2002
4. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003 г.
5. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003г.
6. Микляева А.В. Я – подросток.Я среди других людей. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003 г.
7. Плахотникова И.В. Развитие личностной саморегуляции: методическое пособие/ И. В. Плахотникова, В.И. Моросанова.- М.: Вербум – М, 2004
8. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
9. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.
10. Смирнова Е.Е. на пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003.
11. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения/Пер. с нем. – М.: Генезис, 2003.
12. Фопель К. Чтобы дети были счастливы. Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.
13. 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 [Электронный ресурс] — URL: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета [Электронный ресурс] — URL: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея» [Электронный ресурс] — URL: <http://www.psycheya.ru>
4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке», [Электронный ресурс] — URL: <http://www.psychology.ru/Library>
5. Виртуальная библиотека по психологии, [Электронный ресурс] — URL: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
6. «Каталог психологической литературы», [Электронный ресурс] — URL: <http://www.psyncatalog.ru>
7. «Популярная психология», [Электронный ресурс] — URL: <http://karpowww.narod.ru/>
8. «ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией» , [Электронный ресурс] — URL: <http://explorateur.narod.ru/library.htm>
9. «Антистресс», [Электронный ресурс] — URL: <http://marks.on.ufanet.ru>
10. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие» , [Электронный ресурс] — URL: <http://psylib.kiev.ua>.
11. Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов, [Электронный ресурс] — URL: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
12. hpsy.ru, [Электронный ресурс] — URL: <http://hpsy.ru/about.htm>
13. «Флогистон: Психология из первых рук», [Электронный ресурс] — URL: <http://flogiston.ru/library>
14. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, [Электронный ресурс] — URL: <http://www.proshkolu.ru>
15. Журнал «Психология», [Электронный ресурс] — URL: <http://www.psychology.su/>
16. Мир позитива. Ру, [Электронный ресурс] — URL: <http://www.mirpozitiva.ru/>
17. Vital P'Art — Psyberia.Ru «Продвинутая психология для несовершеннолетних» , [Электронный ресурс] — URL: <http://psyberia.ru/about/>

18. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", [Электронный ресурс] — URL: <http://psy.1september.ru/>
19. Ди Снайдер, "Курс выживания для подростков", [Электронный ресурс] — URL: <http://kaysen.net>