|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РЕКОМЕНДОВАНО:  Протокол № 1 заседания методического объединения классных руководителей  МБОУ лицея № 3  от 25.08.2023 года  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Гуковская В. А. | СОГЛАСОВАНО:  Заместитель директора по УВР Яргункина Л. М.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  подпись  25 августа 2023 года | УТВЕРЖДЕНО:  печать_директора-transformed  решением педагогического совета от 25.08.2023 года протокол №1  приказ № 177 от 25.08.2023  Директор МБОУ лицея №3\_\_\_\_\_\_\_Н.С. Погорелова |

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД БАТАЙСК

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ № 3**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности по курсу**

**«Доверие»**

**Уровень образования (класс) основное общее образование, среднее общее образование**

**8, 10-11 класс**

**Направление: социальное**

**Количество часов: 102**

**2023– 2024 учебный год**

**Пояснительная записка**

Нормативную правовую основу настоящей программы курса внеурочной деятельности «Доверие» составляют следующие документы.

-Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69675.)

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413». (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034.)

-Примерная рабочая программа по воспитанию для общеобразовательных организаций, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию. (Протокол от 23 июня 2022 г. № 3/22.)

-Учебный план внеурочной деятельности на 2023-2024 учебный год

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

-в выделении в цели программы ценностных приоритетов;

-в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;

-в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлечённость в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Целями преподавания курса являются:

* Развитие готовности ребенка к полноценному взаимодействию с миром природы, миром людей и миром культуры.
* Повышение компетентностей учащихся (личностных, социальных, коммуникативных).
* Цель реализуется через решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:
  + оказание им помощи в открытии внутреннего мира человека, пробуждение интереса к другим людям и к самому себе;
  + развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
  + развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
  + раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
  + развитие эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений и пр.), понимания чувств и переживаний других людей;
  + обнаружение и преодоление негативных проявлений в привычках и манерах поведения учащихся.

Программа курса “Доверие” составлена на основе:

* программы уроков психологии (А.В. Микляева, 2003);
* программы учебного курса по психологии для 10 класса (под ред. И.В. Дубровиной, 2003).
* программы профессионального самоопределения для подростков “Я и моя профессия” (Г.В. Резапкина, 2000)
* адаптированной программы элективного курса “Основы имиджелогии” для учащихся 10-11 классов (С.В. Кирдянкина, 2006).

Программа рассчитана на 3 года обучения (8,10-11 классы), 34 часа ежегодно. Курс психологии рассчитан на подростков 12-16 лет, соответственно, программа строится с учетом возрастных интересов подростков и юношей.

Программа включает в себя четыре взаимосвязанных блока: “Встречи с самим собой” - блок психологии самопознании (8 класс), “На пороге взрослой жизни” - блок этики и психологии семейной жизни (10 класс), “Коды доступа к успеху” - блок психологии профессионального самоопределения и основ имиджелогии (11 класс).

Преподавание курса предусматривает теоретическую подготовку, а также ориентировано на обращение к тем проблемам (в недирективной форме), которые важны для подростков и юношей в силу возрастных особенностей развития. В 8-9 класс это: отношения с родителями, другими взрослыми и сверстниками, контроль собственной раздражительности, застенчивость и неуверенность в себе, пути решения конфликтов и т.д.

Возраст учащихся 10-11 классов благоприятен для завершения развития психологической готовности к самоопределению – личностному, профессиональному, жизненному. Поэтому с ними в учебной работе по психологии основное внимание уделяется формированию их понимания своего призвания, умения видеть смысл жизни, временным перспективам и эмоциональным привязанностям, профессиональному выбору и будущей семейной жизни.

Приоритетные принципы отбора и структурирования материала:

* гуманизация образования
* интеграция предметов
* дифференциация и индивидуализация обучения
* природосообразность материала
* доступность образования
* логичность и системность изложения материала
* полнота и завершенность содержательных линий.

Урок курса подчиняется, с одной стороны, общим дидактическим законам ведения урока, с другой стороны, имеет свои специфические особенности в содержательных акцентах и способах проведения:

Учащиеся на уроке познают не только психологию человека вообще, но имеют возможность познавать себя, закономерности, механизмы, сущность и условия развития личности.

Еженедельные уроки психологии позволяют учащимся сориентироваться в особенностях “психологического” взаимодействия, его целях и результатах.

Большинство заданий носят предельно обобщенный характер, являясь, по сути, лишь алгоритмом, который каждый учащийся наполняет волнующим его содержанием, поскольку специфика жанра урока и школьного класса не позволяют открыто работать с теми или иными затруднениями отдельных обучающихся.

Занятия содержат игровые элементы.

Ведется индивидуальная работа в тетради, которые после уроков сдаются и хранятся у педагога-психолога, что снижает вероятность нарушения конфиденциальности записей в тетради. Это обеспечивает детям определенную степень психологической безопасности.

Работы в тетради проверяются и оцениваются: записывается мнение, реплика, риторический вопрос, размышление психолога как индивидуальная обратная связь.

Работа на занятиях проходит за партами, но при изучении отдельных тем, где требуется проведение мастерской или работа в режиме мини-тренинга, работа проводится в круге.

В структуре урока выделяются смысловые блоки, традиционные для групповой психологической работы с детьми подросткового и юношеского возраста:

Ритуал приветствия (придумывается группой на первом занятии в каждом учебном году). Целью проведения ритуала приветствия является настрой на работу, сплочение группы, создание группового доверия.

Объявление темы занятий, за которым следует мотивирующее упражнение и / или обсуждение, благодаря которому учащиеся получают возможность обратиться к личному опыту, связанному с заявленной проблемой.

Работа по теме занятия. Основное содержание занятия представляет собой теоретическую часть и совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Самое главное в их использовании – это помочь подросткам найти психологический подтекст упражнения.

Подведение итогов занятия – предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке. Этот этап проходит в форме открытого обсуждения или в форме письменной работы в тетради.

Ритуал завершения занятия (см. ритуал приветствия).

Опыт работы по программе курса позволил выбрать следующие методические приемы:

* устный или анкетный опрос для выявления запроса и спектра интересующих учащихся проблем в рамках предлагаемой темы урока;
* “универсализация” трудностей через использование проективных форм “Один мальчик...”, “Большинство людей...”;
* обращение к личному опыту учащихся в процессе работы над темой;
* тестирование, ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, соответствующие изучаемым темам, рефлексия результатов урока, анонимное обращение учащихся к собственным затруднениям;
* контроль “уровня достижений” в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в “поле опыта” учащихся (уровень личностной ассимиляции знаний).

**Механизм оценивания результатов:**

1. Владение фактами:

- установление причин фактов

- установление взаимосвязей между фактами

- отличие основных фактов и фактов второстепенных

2. Владение проблематикой:

- формулирование проблем по теме

- умение отыскать возможные пути решения проблемы

3. Владение понятиями:

- раскрытие содержания понятий

- установление взаимосвязей между понятиями

- практическое применение понятий

4. Владение правилами и приемами:

- формулирование правил, требований, приемов

- раскрытие содержания правил, требований, приемов

- характеристика действий, связанных с применением правил, требований, приемов

5. Проверка навыков:

- моделирование ситуаций, связанных с практическим выполнением действий, составляющих конкретное умение

- выполнение комплекса действий, составляющих определенное умение

- самоанализ результатов выполнения подобных действий.

[***Содержание учебного материала.***](https://urok.1sept.ru/articles/516972/pril1.doc)

1. Что значит «я – подросток»?

Положение подростков в возрастной периодизации «детство – отрочество – взрослость». Возрастные физиологические, физические, социально-психологические особенности.

2. Мои достоинства и недостатки

Достоинство, недостаток, «плюсы» и «минусы» со стороны.

3. Мои ценности

Личные ценности, базовые ценности.

4. Мир эмоций и чувств

4.1. Чувства – важнейшая характеристика личности

Чувства – важнейшая характеристика личности. Понятие о чувствах.

4.2. Эмоциональные состояния и чувства

Отличие чувств от эмоций и аффектов. Чувства и их характерные черты. Классификация и виды чувств.

4.3. Развитие чувств в онтогенезе

Становление эмоциональной сферы человека.

4.4. Чувства «полезные» и «вредные»

Амбивалентность эмоций. Умение управлять эмоциями и чувствами.

4.5. Страхи и страшилки

Анализ психологической природы страха. Проективная проработка и разрядка страхов и тревоги.

4.6. Злость и агрессия

Агрессия и агрессивность, их психологические проявления

4.7. Высшие чувства

Возникновение и развитие высших чувств в истории человечества. Этнокультурные различия в переживании и проявлении чувств. Социальная функция чувств.

4.8. Смущение, застенчивость

Физические и психологические характеристики смущения и застенчивости, их психологические проявления.

4.9. Чувство стыда

Физические и психологические характеристики стыда, его психологические проявления. Роль стыда в социализации и развитии личности.

4.10. Чувство вины. Совесть

Чувство вины, угрызения совести. Физические и психологические характеристики вины и совести, их проявление в поведении. Конфликт между эгоистическими и нравственными чувствами. Моральный выбор. Эмоциональная удовлетворенность поступком.

4.11. Долг и ответственность

Чувство ответственности. Внешняя и внутренняя (психологическая) ответственность. Ответственность и свобода. Социальная ответственность. Локус контроля. Развитие ответственности как показатель социализации.

4.12. Честь и достоинство

Чувство долга. Честь и достоинство как ценностное отношение к себе. Понятие чести и достоинства в историческом аспекте. Достоинство как социальная и моральная свобода личности.

4.13. Привязанность. Одиночество

Истоки чувства привязанности. Развитие чувства привязанности в детском возрасте. Дружба. Привязанность и зависимость. Развитие независимости. Независимость и ответственность. Одиночество реальное и мнимое. Свой внутренний мир как особая ценность. Интерес к себе, ощущение уникальности и непохожести на других. Потребность в одиночестве. Чувство одиночества и потребность в общении. Избирательность общения.

4.14. Любовь – чувство, действие, отношение. Виды любви

Любовь как высшее человеческое чувство. Любовь с первого взгляда. Первая любовь. «Любви все возрасты покорны». Любовь взаимная и безответная. Влюбленность и любовь: их сходство и различие. Разновидности, или «цвета», человеческой любви.

4.15. Негативные моральные чувства.

Зависть, ревность, жадность, злорадство. Психологическая характеристика и возрастная динамика негативных чувств. Овладение негативными чувствами в процессе социализации.

5. Подведение итогов

Упражнение «Эмоциональная тропинка»

10 класс

1. Введение. Что такое самоопределение.

Самоопределение главная задача юности. Варианты жизненного самоопределения: творческое и прагматическое самоопределение.

2. Юность – пора самоопределения

2.1. На пороге взрослой жизни

Юность – самое позднее приобретение человечества. Возрастная периодизация. Различия периодов. Особенности юношеского периода.

2.2. Сверстник своего поколения

История жизни в Истории. Поколение. Когорта. Факторы формирования поколений.

2.3. Время в жизни человека

Физическое, биологическое, психологическое и другие виды времени. Понятие психологического времени. «Быстрое» и «медленное» время. Отношение человека к прошлому, настоящему и будущему.

2.4. Временная перспектива и ее свойства

Временная перспектива и умение жить в настоящем. Факторы, влияющие на жизненное самоопределение: личный опыт, семейные традиции, мнение окружающих, социальное окружение, социально-экономические условия, др.

2.5. Мировоззрение и смысл жизни

Что такое мировоззрение. Условия его формирования. Что такое смысл жизни. Пути «осмысления» жизни. Диагностика.

2.6. Жизненные цели

Что такое цель жизни. Практическая работа.

3. Психология семейной жизни

3.1. Я – мужчина. Я – женщина

Мастерская «Мир мужской и мир женский»

3.2. Психологические различия между полами. Стереотипы

Психологические особенности мужчин и женщин. Психологические различия между мужчинами и женщинами. Познавательная и эмоциональная сферы. Личностные особенности мужчин и женщин. Особенности общения и поведения представителей разного пола. «Мужественность и женственность». Социальные стереотипы мужественности и женственности в разных культурах.

3.3. Семья. Брак. Функции современной семьи

Семья как социальная группа. Психологическая готовность к браку. Моя семья.

3.4. Нравственные основы семьи

Любовь, забота и ответственность.

3.5. Любовь в семье

Родительская любовь, ее безусловность. Супружеская любовь. Любовь и сексуальность. Особенности мужской и женской сексуальности. Любовь и ревность. Является ли ревность признаком любви. Верность и самоотверженность в любви.

3.6. Супружеские отношения. Совместимость супругов

Что ищут в семейных отношениях мужчины и женщины. Идеальный мужчина и идеальный муж. Идеальная женщина и идеальная жена. Психологическая совместимость супругов. Семьи счастливые и несчастливые, или что такое гармония семейных отношений.

3.7. «Трудные дети» и «трудные родители»

Трудности роста и возраста. Стили воспитания. «Группа риска».

3.8. Кинотерапия «Бабуся»

Просмотр кинофильма. Первичное обсуждение. Рефлексия.

3.9. Семейные роли

Супруг – «друг», «родитель», «помощник», «соперник», «конкурент».

3.10. Дети в семье

Проблема «отцов и детей». Взаимоотношения разных поколений в семье. Мои права в семье.

3.11. Дом – полная чаша.

Домоводство, домоустройство. Распределение обязанностей между членами семьи. Национальные особенности организации уклада семьи.

3.12. Кризисы семейной жизни

Семейные конфликты. Причины возникновения семейных конфликтов. Правила поведения в семейной ссоре.

4. Нарушения процесса самоопределения

4.1. Психологические барьеры самоопределения

Внутренние препятствия самоопределения. Внешние препятствия самоопределения. Внутренний конфликт. Какие бывают внутренние конфликты. Когда внутренний конфликт помогает, а когда мешает самоопределению. Внутренний конфликт и кризис. Неуверенность в себе.

4.2. Стресс и фрустрация

«Хороший» и «плохой» стресс. Управление стрессом. Фрустрация - переживание неудовлетворения потребностей. Способы поведения при фрустрации. Трудные ситуации и способы их преодоления. Какие ситуации могут быть трудными.

Эффективные и неэффективные способы преодоления трудных ситуаций. Значение умения преодолевать трудные ситуации для саморазвития и самоопределения. Жизненная стойкость.

4.3. Психологические зависимости – способы бегства от действительности

Психологические зависимости. Способы бегства от действительности: в иллюзии (алкоголизм, наркомания), в виртуальный мир (Интернет-зависимость). Бегство «в тело» - культуризм, чрезмерное внимание к здоровью. Бегство «в работу» - «трудоголизм». Бегство «в контакты или уединение» - зависимость от другого человека.

5. Заключение. Я – состоявшаяся личность

Личностная зрелость. Активность, а не реактивность поведения. Нравственное развитие. Самоактуализация, самореализация и самоосуществление. Открытость опыту.

11 класс

1. Профессиональное самоопределение

1.1. Профессия. Работа. рабочий

Понятие профессионального самоопределения. Значение профессии и работы в жизни человека. Профессиональный труд. Этапы становления профессионала.

1.2. Классификация профессий

Особенности современной ситуации в мире профессий. Понятие о предмете, целях, орудиях труда и условиях деятельности. Методика «Формула профессии»

1.3. Ошибки в выборе профессии

Причины ошибок: предубеждения, «за компанию», идеализация, увлечение «антуражем», заблуждения на свой счет и/или на счет профессии. Престижность, профессий; роль СМИ в популяризации профессий.

1.4. Склонности. Способности. Профпригодность.

Осознание своих способностей, интересов, склонностей. Общие и специальные способности в освоении профессий. Этапы, препятствия, средства для осознания своих профессионально значимых качеств. Методика ОПГ.

1.5. Характер. Тип темперамента.

Понятие «характер». Способы формирования характера. Классические типы темперамента. Анкета Айзенка.

1.6. Личный профессиональный план

1.7. Ошибки в выборе профессии

«Престиж» профессии как общественное мнение, мода на профессию, мнение родных и друзей. Построение осуществимого плана профессионального самообразования.

1.8. Строим карьеру

Профессиональная карьера. Юношеская мечта о достижении больших высот в профессии.

2. Основы имиджелогии

2.1. Ведение в имиджелогию

Имиджелогия как междисциплинарная область знаний; философия имиджа. Визуальное впечатление, облик, адаптация, слагаемые имиджа. Основные классификации имиджевых стратегий: корпоративный и индивидуальный типы имиджей, психология восприятия информации.

2.2. Имидж человека: ведущие типы и элементы

Элементы: средовый, габитарный, вербальный, кинетический, овеществленный. Виды: личностный, профессиональный.

Знаки: положительные, отрицательные

2.3. «Я» – концепция

«Я» – концепция, составляющие «Я»-концепции. Секреты личного обаяния. Самонастрой, самооценка, убеждения, качества, индивидуальный стиль, согласованность, самоидентичность.

2.4. Основы физиогномики и основные принципы языка тела

Физиогномика, приемы читабельности лица.

Язык телодвижений; телесное выражение внутреннего состояния человека. Кинесика, зоны общения, жесты, позитивная оценка, превосходство, доминирование, негативное восприятие, равенство.

2.5. Психологическая теория цветовой гармонии

Основные характеристики цвета; гармония и выразительность цвета. Цветовой фон, насыщенность, температура цвета, смешение цветов, контраст, гармония цвета.

Практикум: 1. Упражнение по «вливанию» цвета в цвет. 2. «Наложение» одного просохшего цвета на другой слой (по предложенной методике)

2.6. Роль макияжа в создании имиджа

Роль макияжа в создании имиджа:

-порядок чтения лица;

-методы коррекции лица;

-искусство макияжа.

Тип кожи, форма деталей лица, строение лица, макияж, визажист, косметика, пропорции, тонирование, коррекция.

2.7. Одежда и ее роль в формировании имиджа

Правила создания стиля одежды; гардероб деловой женщины и делового мужчины. Костюмология, деловой, классический, авангардный, фольклорный, ретро-стиль и спортивный стиль одежды.

2.8. Основы психологии общения

Эмоциональная нагрузка слова; деловой этикет; технологии речевого поведения; как научиться слушать? Приемы произношения и принятия комплиментов; приемы восприятия критики. Правила публичного выступления. Имидж телефонного общения; конфликты (причины, предупреждение, достойный выход)

2.9. Имидж лидера

Лидер, личный имидж бизнесмена, ментальность.

2.10. Имиджирование – путь к успеху

Карьера, успех, имиджмейкер, конкурентоспособность

3. Навыки самопрезентации

Составление резюме, правила прохождения собеседования. Ролевая игра «Интервью».

4. Заключительный урок

Представление самопрезентации

**Тематический план**

**8 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Дата | | | | | | | | | | | | Тема |  |
| План | | | | | | Факт | | | | | |
| **8а** | **8б** | **8в** | **8г** | **8д** | **8е** | **8а** | **8б** | **8в** | **8г** | **8д** | **8е** |
| 1. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Что значит “я – подросток”? | 1 |
| 2. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мои достоинства и недостатки | 1 |
| 3. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мои достоинства и недостатки | 1 |
| 4. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мои достоинства и недостатки | 1 |
| 5. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мои достоинства и недостатки | 1 |
| 6. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мои ценности | 1 |
| 7. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мир эмоций и чувств | 1 |
| 8. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мир эмоций и чувств | 1 |
| 9. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Мир эмоций и чувств | 1 |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Чувства – важнейшая характеристика личности | 1 |
| 11. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эмоциональные состояния и чувства | 1 |
| 12. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эмоциональные состояния и чувства | 1 |
| 13. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Развитие чувств в онтогенезе | 1 |
| 14. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Чувства “полезные” | 1 |
| 15. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Чувства “вредные” | 1 |
| 15. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Страхи и страшилки | 1 |
| 16. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Злость и агрессия | 1 |
| 17. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Злость и агрессия | 1 |
| 18. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Высшие чувства | 1 |
| 19. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Высшие чувства | 1 |
| 20. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Смущение, застенчивость | 1 |
| 21. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Чувство стыда | 1 |
| 22. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Чувство вины. Совесть | 1 |
| 23. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Долг и ответственность | 1 |
| 24. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Долг и ответственность | 1 |
| 25. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Честь и достоинство | 1 |
| 26. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Честь и достоинство | 1 |
| 27. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Привязанность. Одиночество | 1 |
| 28. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Привязанность. Одиночество | 1 |
| 29. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Любовь – чувство, действие, отношение. | 1 |
| 30. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Любовь – чувство, действие, отношение. | 1 |
| 31. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Виды любви | 1 |
| 32. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Негативные моральные чувства. | 1 |
| 33. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Негативные моральные чувства. | 1 |
| 34. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Подведение итогов | 1 |

**10 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Кол. часов** | **план** | **факт** |
|  | Введение. Что такое самоопределение. | 1 |  |  |
|  | Юность – пора самоопределения | 1 |  |  |
|  | На пороге взрослой жизни | 1 |  |  |
|  | Сверстник своего поколения | 1 |  |  |
|  | Время в жизни человека | 1 |  |  |
|  | Временная перспектива и ее свойства | 1 |  |  |
|  | Мировоззрение и смысл жизни | 1 |  |  |
|  | Жизненные цели | 1 |  |  |
|  | Психология семейной жизни | 1 |  |  |
|  | Я – мужчина. Я – женщина | 1 |  |  |
|  | Психологические различия между полами. Стереотипы | 1 |  |  |
|  | Семья. Брак. Функции современной семьи. Моя семья | 1 |  |  |
|  | Нравственные основы семьи | 1 |  |  |
|  | Любовь в семье | 1 |  |  |
|  | Супружеские отношения. Совместимость супругов | 1 |  |  |
|  | “Трудные дети” и “трудные родители” | 1 |  |  |
|  | Кинотерапия “Бабуся” | 1 |  |  |
|  | Кинотерапия “Бабуся” | 1 |  |  |
|  | Кинотерапия “Бабуся” | 1 |  |  |
|  | Семейные роли | 1 |  |  |
|  | Дети в семье. Мои права в семье | 1 |  |  |
|  | Дом – полная чаша. | 1 |  |  |
|  | Кризисы семейной жизни | 1 |  |  |
|  | Нарушения процесса самоопределения | 1 |  |  |
|  | Нарушения процесса самоопределения | 1 |  |  |
|  | Нарушения процесса самоопределения | 1 |  |  |
|  | Нарушения процесса самоопределения | 1 |  |  |
|  | Нарушения процесса самоопределения | 1 |  |  |
|  | Психологические барьеры самоопределения | 1 |  |  |
|  | Стресс и фрустрация | 1 |  |  |
|  | Психологические зависимости – способы бегства от действительности | 1 |  |  |
|  | Психологические зависимости – способы бегства от действительности | 1 |  |  |
|  | Психологические зависимости – способы бегства от действительности | 1 |  |  |
|  | Я – состоявшаяся личность | 1 |  |  |
|  | Итого: | 34 |  |  |

**11 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | **Кол**  **час** | **план** | **факт** |
| 1 | Профессиональное самоопределение | 1 |  |  |
| 2 | Профессиональное самоопределение | 1 |  |  |
| 3 | Профессия. Работа. Рабочий день, рабочее место | 1 |  |  |
| 4 | Профессия. Работа. Рабочий день, рабочее место | 1 |  |  |
| 5 | Классификация профессий. Диагностика | 1 |  |  |
| 6 | Классификация профессий. Диагностика | 1 |  |  |
| 7 | Ошибки в выборе профессии | 1 |  |  |
| 8 | Склонности. Способности. Диагностика. Профпригодность | 1 |  |  |
| 9 | Склонности. Способности. Диагностика. Профпригодность | 1 |  |  |
| 10 | Характер. Тип темперамента. Диагностика | 1 |  |  |
| 11 | Личный профессиональный план. Диагностика | 1 |  |  |
| 12 | Тип личности. Методика Голланда | 1 |  |  |
| 13 | Выбор вуза | 1 |  |  |
| 14 | Строим карьеру | 1 |  |  |
| 15 | Знакомство с основами имиджелогии | 1 |  |  |
| 16 | Ведение в имиджелогию | 1 |  |  |
| 17 | Имидж человека: ведущие типы и элементы | 1 |  |  |
| 18 | “Я – концепция” | 1 |  |  |
| 19 | “Я – концепция” | 1 |  |  |
| 20 | Основы физиогномики и основные принципы языка тела | 1 |  |  |
| 21 | Основы физиогномики и основные принципы языка тела | 1 |  |  |
| 22 | Психологическая теория цветовой гармонии | 1 |  |  |
| 23 | Роль макияжа в создании имиджа | 1 |  |  |
| 24 | Одежда и ее роль в формировании имиджа | 1 |  |  |
| 25 | Основы психологии общения | 1 |  |  |
| 26 | Основы психологии общения | 1 |  |  |
| 27 | Имидж лидера | 1 |  |  |
| 28 | Имиджирование – путь к успеху | 1 |  |  |
| 29 | Навыки самопрезентации | 1 |  |  |
| 30 | Навыки самопрезентации | 1 |  |  |
| 31 | Навыки самопрезентации | 1 |  |  |
| 32 | Заключительный урок | 1 |  |  |

**Список РЕКОМЕНДУЕМОЙ литературы**

1. Алиева М.А. и др. Я сам строю свою жизнь. – СПб., 2000.
2. Аргайл М. Психология счастья. – М., 1990.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры: психология человеческой судьбы. – М., 1997.
4. Бернс Р. Развитие “Я-концепции” и воспитание, 1986.
5. Бородкин Ф.М., Коряк Н.М. Внимание, конфликт. – Новосибирск, 1983.
6. Время личности и время жизни / К.А. Абульханова, С.В.Березина. – СПб., 2001.
7. Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений. – М., 1987.
8. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. – Киев, 1988.
9. Горчакова В.Г. Имидж: розыгрыш или код доступа? – М.: Эксмо, 2007.
10. Грей Д. Женщины с Венеры, мужчины с Марса. – Киев, 2002.
11. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. В 3 частях. – Новосибирск, 1997.
12. Зиг. Зиглар Умение добиваться успеха “Вильямс”, 2000.
13. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины. – СПб., 2002.
14. Леонтьев А.А. Психология общения. 1999.
15. Моисеев Р.Н. Международные этические нормы и психология делового общения. Воронеж, 1997.
16. Мэй Р. Любовь и воля. – М., 1997.
17. Олпорт Г. Зрелая любовь // Становление личности. – М., 2002.
18. Петровская Л.А. Компетентность в общении. – М., 1989.
19. Пиз А.,Гарнер А. Язык разговора, 2000.
20. Почепцов Г.Г. Имиджелогия: теория и практика. Киев, 1998.
21. Прихожан А.М. Психология неудачника. – М., 1996.
22. Прутченков А.С. Свет мой зеркальце, скажи… М., 1996.
23. Сатир В. Как строить себя и свою семью. – М., 1992.
24. Сколько вам лет? Линии жизни глазами психолога / Под ред. А.А. Кронина. – М., 1993.
25. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М., 1990.
26. Формирование личности старшеклассника / Под ред. И.В. Дубровиной. – М., 1989.
27. Фромм Э. Искусство любви // Исследование природы любви. – М., 1991.
28. Чудновский В.Э. Смысл жизни и судьба. – М., 1997.
29. Шепель В.М. Имиджелогия, секреты личного обаяния. М., 1994.
30. Шепель В.М. Имиджелогия. Как нравиться людям. 2002.
31. Юзефович Г.Я. Отцы и дети в меняющемся мире / Г.Я. Юзефович, В.Н. Соколова. – М., 1991.
32. Якобсон П.М. Психология чувств. – М., 1958.