

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТ
Общим собранием работников
Образовательного учреждения
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

УТВЕРЖДЕН
Приказ от 29 августа 2023 № 513

ПРИНЯТ
С учётом мнения
Совета родителей
(законных представителей)
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

ПРИНЯТ
С учётом мнения
Совета обучающихся
Протокол от 29 августа 2023 г. №1

**Учебный план дополнительной общеразвивающей программы
«Тропинка к своему Я» в ОДОД ГБОУ школы №203
Красносельского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год**

**Учебный план дополнительной общеразвивающей программы
«Тропинка к своему Я» в ОДОД ГБОУ школы №203
Красносельского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год**

| № | Название раздела, тема | Количество часов | | | Формы промежуточной аттестации и итогового контроля |
|------------|---|------------------|-----------|-----------|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| I | Вводное занятие «Введение в мир психологии» | 9 | 3 | 6 | Тестовые задания, устный опрос, творческие работы – рисунки |
| 1.1 | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности. | 3 | 1 | 2 | Устный опрос |
| 1.2 | «Зачем человеку занятия психологией? «Счастье – это...» | 6 | 2 | 4 | Рисунок «счастливого человека» Мини-сочинение «Счастье – это...», опрос |
| II | Я - это Я | 69 | 23 | 46 | Рисунки, мини-сочинения, творческие работы, опрос |
| 2.1 | «Кто Я? Какой Я? Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных» | 6 | 2 | 4 | Рисунок «Нарисуй свою роль». Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных», опрос |
| 2.2 | «Я – могу» | 9 | 3 | 6 | Рисунок «Моя ладошка», работа со сказкой «Фламинго» |
| 2.3 | «Я – нужен!» | 9 | 3 | 6 | Рисунки |
| 2.4 | «Я – мечтаю» | 9 | 3 | 6 | Мини-сочинение «Мои мечты» |
| 2.5 | «Я – это мои цели» | 9 | 3 | 6 | Плакат |
| 2.6 | «Я – это мое детство» | 9 | 3 | 6 | Фотовыставка «Детская фотография». |
| 2.7 | «Я – это мое настоящее» | 9 | 3 | 6 | Творческая работа |
| 2.8 | «Я – это мое будущее» | 9 | 3 | 6 | Творческая работа «Моя мечта» |
| III | Я имею право чувствовать и выразить свои чувства | 30 | 10 | 20 | Рисунки, творческие работы, опрос |
| 3.1 | «Чувства бывают разные» | 6 | 2 | 4 | Рисунок «Изобрази чувство». |
| 3.2 | «Стыдно ли бояться?» | 6 | 2 | 4 | Творческая работа |
| 3.3 | «Имею ли я право сердиться и обижаться?» | 6 | 2 | 4 | Рисунки |
| 3.4 | Любой внутренний мир ценен и уникален | 6 | 2 | 4 | Творческая работа |

| | | | | | |
|--------------|--|------------|-----------|------------|--|
| 3.5 | Определение уровня тревожности Определение по тесту «Чувства в школе» | 6 | 2 | 4 | Коллективный рисунок «Рисуем обиду» |
| IV | Я и мой внутренний мир | 18 | 6 | 12 | Мини-сочинения, творческие работы, опрос |
| 4.1 | «Каждый видит мир и чувствует по-своему» | 9 | 3 | 6 | «Мысленная картинка» |
| 4.2 | «Моя ценность» | 9 | 3 | 6 | Мини-сочинение «Я и мой внутренний мир» |
| V | Кто в ответе за мой внутренний мир? | 18 | 6 | 12 | Мини-сочинения |
| 5.1 | «Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня. | 9 | 3 | 6 | «Копилка трудных ситуаций». |
| 5.2 | «В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется» | 9 | 3 | 6 | Мини-сочинение «Я и моя внутренняя сила» |
| VI | Я и Ты | 39 | 13 | 26 | Творческие работы, опрос |
| 6.1 | «Я и мои друзья» | 9 | 3 | 6 | «Красивые поступки» |
| 6.2 | «У меня есть друг» | 6 | 2 | 4 | «Качества моего друга» Творческая работа «Мой класс» |
| 6.3 | «Я и мои «колючки»» | 9 | 3 | 6 | «Мои колючки». «Мои магнитики» |
| 6.4 | «Что такое одиночество?» | 9 | 3 | 6 | Творческие работы |
| 6.5 | «Я не одинок в этом мире» | 6 | 2 | 4 | Коллективный рисунок на тему «Счастье» |
| VII | Мы начинаем меняться | 30 | 9 | 21 | Творческие работы, опрос |
| 7.1 | «Нужно ли человеку меняться» | 9 | 3 | 6 | Работа с плакатом. «Мои важные изменения» |
| 7.2 | «Самое важное захотеть меняться» | 9 | 3 | 6 | «Рюкзак пожеланий». |
| 7.3 | «Моя и твоя уникальность» | 9 | 3 | 6 | «Мои важные изменения». Работа с плакатом. |
| 7.4 | «Письмо будущему себе» | 3 | | 3 | Выставка писем |
| VII I | Итоговое занятие | 3 | | 3 | Открытое занятие |
| | Всего: | 216 | 70 | 146 | |