

**ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
«НЕЗАВИСИМАЯ ШКОЛА»**

РАССМОТРЕНО

на педсовете

протокол №1

от 29 августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ЧОУ СОШ
«Независимая школа»

С.В. Коломейчук
01 сентября 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

СОЦИАЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ

По курсу «Мой выбор»

Уровень: базовый

Возраст: 1-11 классы

Срок реализации рабочей программы: 2025-2026 учебный год

Составитель: Сергеева Елена Николаевна
Руководитель МО классных руководителей

Петрозаводск 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Время требует, чтобы современная школа формировала компетентную личность, способную к саморазвитию и профессиональному самоопределению, готовую к максимальной профессиональной мобильности, а значит, конкурентоспособную на рынке труда.

В этой связи профориентационная работа в лицеи заключается не только в нацеленности на выбор конкретной профессии каждым школьником, но и на выявление и развитие способностей, интересов, склонностей, формирование универсальных качеств у учащихся, помогающих осуществлять сознательный, самостоятельный профессиональный выбор.

Предлагаемая примерная рабочая программа рассматривается как важный элемент системы профессиональной ориентации в образовательном учреждении. Она учитывает особенности формирования психологических свойств школьников данного возраста.

Структура и содержание программы отражает позицию Г.В. Резапкиной по особенностям профориентационной работы в основной ступени школы. В частности, её взгляд на то, что акцент в содержании профориентационной деятельности с учащимися 5-х классов необходимо делать на выявление и развитие способностей и интересов школьников, на организацию самопознания и развитие личностных качеств.

В 5-классах к воспитанию и просвещению, которые использовались в начальной школе, добавляется *диагностика* – изучение личности школьника в целях профориентации.

В процессе психолого-педагогической диагностики школьники смогут изучить свои личностные особенности: ценностные ориентации, интересы, способности, склонности, мотивы, профессиональные предпочтения.

Это позволит школьникам осмыслить и овладеть набором универсальных учебных действий, жизненно и профессионально важных качеств – интеллектуальных, физических, личностных - и попытаться найти ответы на важные вопросы: кем хочу стать?; чего хочу достичь?; каким хочу быть?

АКТУАЛЬНОСТЬ

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования указывает, что профориентационная работа является неотъемлемой частью программы воспитания и социализации школьников.

В соответствии с ФГОС ООО выпускник основной школы должен обладать следующими качествами: «...формирование ответственного отношения к учению, способности к самообразованию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий». Школа должна выпускать ученика «...ориентирующегося в мире профессий, понимающего значение профессиональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы».

Формирование у школьников мотивации к труду, потребности приобретения востребованной на рынке труда профессии становятся сегодня приоритетными в системе общего образования. Не менее значимо и соответствие выбираемой сферы профессиональной деятельности личностным особенностям (способностям) и потребностям (интересам) выпускников. Именно поэтому одним из концептуальных направлений ФГОС стала профориентационная работа с учащимися общеобразовательных учреждений. И начинать такую деятельность необходимо как можно раньше.

В этой связи программа внеурочной деятельности для учащихся 5 классов способствует достижению указанных выше образовательных результатов.

Программа внеурочной деятельности «Мой выбор» по социальному направлению развития личности, входит в часть учебного плана, включающую внеурочную деятельность, формируемую участниками образовательного процесса и обеспечивающую реализацию индивидуальных потребностей обучающихся.

Программа составлена в соответствии со стандартами третьего поколения, примерной программой Резапкиной Г. В. «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки», пособия Бондарева В. П., Кропивянской С. О. «Успешный выбор профессии. 8-11 классы», пособия Пряжниковой Н. С. «Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники: 8-11 классы, ПТУ и колледж».

Цель программы – формирование готовности обучающихся к выбору профиля обучения и к профессиональному самоопределению с учетом личностных особенностей и возможностей рынка труда, формирование профориентационных компетенций ученика, необходимых для решения практико-ориентированных задач, возникающих на протяжении всей его жизни, связанных с профессиональной ориентацией и социализацией.

Задачи:

- формирование познавательного интереса учащихся к вопросам выбора профиля обучения и профессии;
- формирование общественной активности личности;
- формирование компетенций, связанных с построением профессиональных образовательных маршрутов;
- применение полученных теоретических знаний на практике;
- освоение новых направлений и форм профориентации;
- получение опыта практической деятельности учащихся для осознанного профессионального самоопределения.

Формы и режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу (34 часа в год). Занятия проводятся в форме групповой работы с элементами тренинга. При

проведении занятий используются следующие формы и методы работы:

- профориентационные игры;
- игровые профессиональные упражнения;
- самоописание;
- групповая дискуссия;
- использование конструктивной обратной связи.

Планируемые результаты обучения

Результатом обучения по программе должны стать:

I. Личностные:

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе клуба и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы;
- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- об основах здорового образа жизни;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

II. Метапредметные

Регулятивные:

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные:

- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на

основе полученной информации о профессиях

- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные:

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

III. Предметные

Обучающиеся научатся:

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально-значимых мероприятий.
- об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- приобретение опыта исследовательской деятельности; Обучающиеся получают возможность научиться:
- участвовать в исследовательских работах;
- знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- иметь представление о правилах проведения исследования;
- получение первоначального опыта самореализации.

С целью осуществления более эффективного управления профессиональным развитием учащихся профориентационные задачи ставятся с учетом их условного деления на три уровня:

1. **Когнитивный** (информирование о мире профессий, состоянии рынка труда, содержании той или иной трудовой деятельности, о профессиональных

образовательных программах и учреждениях);

2. **Мотивационно-Ценностный** (формирование у школьников всей гаммы смыслообразующих и профессиональных ценностей);

3. **Деятельностно-практический** (составление, уточнение, коррекция и реализация профессиональных планов).

Первый уровень результатов – приобретение обучающимися знаний о труде и профессиях (знание и уважение трудовых традиций своей семьи, знания о разных профессиях и их требованиях к здоровью, морально-психологическим качествам, знаниям и умениям человека и т.п.).

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями и родителями (в урочной, внеурочной деятельности) как значимыми для него носителями профессионального знания и положительного повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к труду, как базовой ценности общества, ценностного отношения к профессиональной и социально значимой деятельности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественно полезного действия, формирование у подростка социальноприемлемых моделей поведения.

Только в самостоятельном общественно полезном действии человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных профессиональных и социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают эффекты профориентации:

- **на первом уровне** профориентация приближена к обучению, при этом предметом профориентирования как учения являются не столько теоретические знания, сколько знания о ценностях;

- **на втором уровне** профориентация осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных профессиональноориентированных поступков;

- **на третьем уровне** создаются необходимые условия для участия

обучающихся в профессионально ориентированной, социально значимой деятельности и приобретения

ими элементов опыта трудового творческого сотрудничества и общественно полезного труда.

Таким образом, знания о труде как о ценности переводятся в реально действующие, осознанные мотивы трудового поведения, его значение присваивается обучающимися и становится их личностным смыслом.

Формы достижения результатов:

познавательные беседы, инструктажи, социальные пробы, экскурсии, трудовые десанты, социально-значимые акции в классе, лицей. исследовательские работы, социально-значимые акции в социуме (вне ОУ).

Формы контроля:

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме.
2. По итогам курса обучающиеся выполняют самостоятельную работу – творческое эссе по теме: «Кем и каким я хочу стать»
3. В рамках курса предполагается организовать проектную деятельность учащихся.

Диагностика результативности освоения программы

Для проверки уровня усвоения учащимися содержания программы предусмотрена система мероприятий-соревнований, участие в которых дает возможность оценить уровень достижения образовательных результатов.

Формами диагностики результативности являются: портфолио (подробнее в методическом обеспечении программы), тестирование, работы по анализу интересов и склонностей к предметам различных профилей обучения, индивидуальных личностных особенностей, учебных заведений профессионального образования, построению индивидуальных образовательных маршрутов (выбор профиля обучения) и индивидуальных профессиональных маршрутов (определение возможного набора учреждений профессионального образования)

Техническое оснащение образовательного процесса: наглядные материалы (репродукции картин, фоторепродукции), аудиозаписи музыкальных произведений, видеозаписи (классической литературы, живой природы, социальных явлений), аудио/видео аппаратура (музыкальный центр), мультимедийная техника (компьютер, проектор, колонки, интерактивная доска).

Перечень учебно – методического обеспечения

1. Мой выбор. Учебно – методическое пособие для учителей средней школы. Авторы: И. Ф. Ахметова, Т. Ю. Иванова, А. Н. Иоффе, А. С. Прутченков, Г. К. Смирнова, П.Г.Положевец. М.: ИЖИЦА, 2005.
2. Мой выбор. Энциклопедия материалов. Авторы: О. В. Кишенкова, А. Н . Иоффе, Е. В.Держицкая, С. Б. Зудов, Г. М. Махина. М. : ИЖИЦА, 2005.
3. Мой выбор. Методическое пособие по воспитательной работе. Авторы: О. В. Правдина, О. Е.Просвирнова, С. Е. Мишина, Т. В. Коротеева. М: ИЖИЦА, 2005.
4. Базовый набор тематических тренингов для подростков: Сборник научно-методических материалов/Сост. Н.А.Бондаренко, И.Н. Рязанова; Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: АСОУ, 2007.
5. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений — М.:Прамбер, 1992.
6. Вереникина И.М. Преодоление возможных конфликтных ситуаций между учителем и учениками на уроке // Вопросы психологии. - 1986.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком.Как?/ Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.:АСТ: Астрель, 2008.
8. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. М.: Просвещение, 2010.
9. Григорьев Д. В. Программы внеурочной деятельности. Художественное творчество. Социальное творчество: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / Д. В. Григорьев, Б. В. Куприянов. – М.: Просвещение, 2011.
10. Золотарева А.В. Дополнительное образование детей. Теория и методика социально-педагогической деятельности, Ярославль, «Академия развития», 2004 г.
11. Каптерев П.Ф. Детская и педагогическая психология. Москва — Воронеж, 1999.
12. Криволапова Н. А. Внеурочная деятельность. Сборник заданий для развития познавательных способностей учащихся. 5-8 классы / Н. А. Криволапова. – М.: Просвещение, 2012.
13. Кукушин В.С. Введение в педагогическую деятельность. – Рн/Д, 2002.
14. Кулинич Г.Г. Школьный клуб: Сценарии мероприятий и праздников (5-11 классы). – М.:ВАКО,2007.
15. Литвак М.Е. Психологический вампиризм: учебное пособие по конфликтологии / М.Е. Литвак. –Изд. 29-е. – Ростов н/Д: Феникс,2013.
16. Мир школьных праздников: 5-11 классы. Планирование воспитательной работы, сценарии мероприятия/ Сост. Е.В. Савченко, О.Е. Жиренко, 2-е изд. – М.:2006.

1 КЛАСС (33 часа)

№	Дата	Тема занятия	Содержание
1	01.09	Мой класс, мои друзья	Знакомство с одноклассниками, правила поведения в классе
2	08.09	Моя школа	Экскурсия по школе, знакомство с помещениями
3	15.09	Мой дом, моя семья	Рассказы о доме и семье, рисование
4	22.09	Мои любимые игры	Подвижные игры, развлечения
5	29.09	Времена года: осень	Наблюдение за осенними изменениями
6	06.10	Животные рядом со мной	Домашние животные, их роль в жизни человека
7	13.10	Растения вокруг нас	Комнатные растения, уход за ними
8	20.10	Мой город	Достопримечательности родного города

№	Дата	Тема занятия	Содержание
9	27.10	Правила безопасности дома	Опасности в доме и как их избежать
10	10.11	Правила дорожного движения	Безопасность на дороге, дорожные знаки
11	17.11	Мир профессий	Знакомство с разными профессиями
12	24.11	Моё здоровье	Гигиена, правильное питание, спорт
13	01.12	Времена года: зима	Признаки зимы, зимние развлечения
14	08.12	Новый год приходит	Подготовка к празднику, украшение класса
15	15.12	Зимние забавы	Игры и развлечения зимой
16	22.12	Праздничный утреник	Новогодний праздник
17	12.01	Как я провёл каникулы	Рассказы о зимних каникулах

№	Дата	Тема занятия	Содержание
18	19.01	Школьные правила	Правила поведения в школе
19	26.01	Мир вокруг меня	Живая и неживая природа
20	02.02	Зимующие птицы	Птицы нашего края, помощь птицам
21	09.02	Мои эмоции	Чувства и эмоции, как их выражать
22	16.02	Защитники отечества	Рассказы о воинах, уважение к защитникам
23	02.03	Мамы и бабушки	Поздравления с 8 Марта
24	09.03	Весна пришла	Признаки весны, обновление природы
25	16.03	Пробуждение природы	Первые цветы, животные весной
26	23.03	Чистота — залог здоровья	Правила гигиены и чистоты

№	Дата	Тема занятия	Содержание
27	06.04	Космос и звёзды	Первый космонавт, звёзды на небе
28	13.04	Земля — наш общий дом	Природа и люди, экология
29	20.04	Мир труда	Любимые занятия, помощь окружающим
30	27.04	День Победы	Рассказы о войне и мире
31	18.05	Лето наступает	Признаки лета, летние развлечения
32	25.05	Мои мечты и желания	Что я хочу делать летом
33	26.05	Итоговое занятие. До свидания, 1 класс!	Обобщение, подведение итогов

2 КЛАСС (34 часа)

№	Дата	Тема занятия	Содержание
1	01.09	Мы — второклассники	Новый статус, новые друзья
2	08.09	Мой класс — моя команда	Создание класса как единой команды
3	15.09	Правила общения	Вежливость, дружба, доброта
4	22.09	Осень в природе	Изменения в живой природе осенью
5	29.09	Урожай	Фрукты и овощи, их полезность
6	06.10	Животные осенью	Подготовка животных к зиме
7	13.10	Мой микрорайон	Улицы, парки, интересные места
8	20.10	Профессии в моём городе	Кто работает рядом со мной
9	27.10	Безопасность на улице	Правила поведения вне дома

№	Дата	Тема занятия	Содержание
10	10.11	Пожарная безопасность	Опасность огня, как действовать
11	17.11	Правила в доме	Уважение к семье, помощь родителям
12	24.11	Забота о младших	Как помогать младшим братьям и сёстрам
13	01.12	Зима приходит	Первые признаки зимы
14	08.12	Зимние явления	Мороз, лёд, снег
15	15.12	Новогодняя сказка	История Нового года, традиции
16	22.12	Мастерская Деда Мороза	Изготовление украшений
17	12.01	Каникулярные впечатления	Где я был, что видел
18	19.01	Зимующие птицы и звери	Как животные зимуют

№	Дата	Тема занятия	Содержание
19	26.01	Вода и её свойства	Вода в природе, опыты с водой
20	02.02	Лёд и снег	Состояния воды зимой
21	09.02	Я и моё здоровье	Спорт, закаливание, здоровый образ жизни
22	16.02	Герои мои земляки	Люди, прославившие город
23	02.03	Праздник весны	Подготовка к 8 Марта
24	09.03	Мамины помощники	Помощь маме, забота о ней
25	16.03	Весна в природе	Пробуждение природы, первые цветы
26	23.03	Перелётные птицы	Птицы, возвращающиеся весной
27	06.04	Космос	Космические путешествия, звёзды

№	Дата	Тема занятия	Содержание
28	13.04	Планета Земля	Материки, океаны, климат
29	20.04	Природа просит помощи	Экология, загрязнение, охрана природы
30	27.04	Книги о войне	Рассказы для детей о войне
31	04.05	День Победы	История праздника, герои войны
32	11.05	Лето спешит к нам	Признаки летнего сезона
33	18.05	Летние развлечения	Как проводить лето с пользой
34	25.05	Итоговое занятие. Мир прекрасен!	Обобщение знаний о мире

3 КЛАСС (34 часа)

	Дата	Тема занятия	Содержание
	01.09	Я — третьеклассник	Новые ответственность и возможности
	08.09	Моя личность	Мои качества, способности, интересы
	15.09	Выбор друзей	Что такое дружба, верные друзья
	22.09	Осень щедрая	Природные богатства осени
	29.09	Растения нашего края	Деревья, кустарники, цветы
	06.10	Грибы и ягоды	Съедобные и несъедобные грибы
	13.10	История моего города	От древних времён до наших дней
	20.10	Достопримечательности края	Музеи, памятники, интересные места
	27.10	Опасность в лесу	Безопасное поведение на природе

	Дата	Тема занятия	Содержание
	10.11	Электробезопасность	Правила обращения с электричеством
	17.11	Семейные ценности	Любовь, верность, взаимопомощь
	24.11	Традиции моей семьи	Семейные праздники и обычаи
	01.12	Ледяная природа	Ледяные скульптуры, кристаллы льда
	08.12	Звёзды Нового года	Звёзды, конусы, украшения
	15.12	Новогодние чудеса	Волшебство, преобразование
	22.12	Праздник ёлки	Ёлка — символ Нового года
	12.01	Каникулы прошли, в школу идём	Новые планы на год
	19.01	Вода — источник жизни	Роль воды в природе и жизни

	Дата	Тема занятия	Содержание
	26.01	Загрязнение воды	Проблемы экологии водоёмов
	02.02	Человек и животное	Как помогать животным в беде
	09.02	Мой здоровый образ жизни	Питание, сон, движение, чистота
	16.02	Воины, защитники	Примеры мужества и героизма
	02.03	Женщины-героини	Мамы, бабушки, женщины-защитницы
	09.03	Весеннее преображение	Ледоход, пробуждение природы
	16.03	Животный мир весной	Поведение животных с приходом весны
	23.03	Растения весной	Распускание почек, цветение
	06.04	Космические путешествия	Покорение космоса человеком

	Дата	Тема занятия	Содержание
	13.04	Экология — наука о доме	Охрана окружающей среды
	20.04	Труд — всему основа	Людские профессии, мастерство
	27.04	Память о войне	Герои в нашей семье, в соседстве
	04.05	День Победы — день мира	История, герои, память
	11.05	Май — месяц расцвета	Красота природы в мае
	18.05	Приготовление к лету	Летние занятия, безопасность
	25.05	Мир, в котором мы живём	Обобщение, итоги года

4 КЛАСС

№	Тема занятия	Форма проведения
---	--------------	------------------

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Я и мой мир. Кто я в этом мире?	Беседа, рефлексия
2	Моя семья — моя крепость	Проект, рассказ
3	Родословная моей семьи	Творческая работа, коллаж
4	Мой дом, моя улица, мой город	Экскурсия, зарисовки
5	История моего города	Презентация, викторина
6	Знаменитые люди моего края	Доклад, слайд-шоу
7	Традиции и обычаи моей семьи	Обсуждение, игра-тест
8	Мои увлечения и таланты	Выставка, презентация
9	Я — ученик. Мои права и обязанности	Дискуссия, работа в группах

№	Тема занятия	Форма проведения
10	Дружба и товарищество	Социодрама, ролевая игра
11	Конфликты и их решение	Практикум, кейс-метод
12	Эмоции и чувства	Тренинг эмоционального интеллекта
13	Мое здоровье — мое богатство	Беседа, практикум
14	Здоровый образ жизни	Спортивно-оздоровительный час
15	Питание и здоровье	Игра-викторина, мастер-класс
16	Безопасность в нашей жизни	Практическое занятие
17	Мир профессий. Кем я хочу быть?	Экскурсия, интервью
18	Профессии моих родителей	Круглый стол, беседа

№	Тема занятия	Форма проведения
19	Труд в жизни человека	Творческий проект
20	Окружающая природа — наш дом	Экскурсия на природу
21	Животный мир моего края	Исследовательский проект
22	Растительный мир моего края	Творческая экскурсия
23	Экология и я	Практическое занятие, акция
24	Времена года. Приметы и явления	Наблюдение, рисование
25	Культура и искусство	Посещение музея/выставки
26	Моя библиотека. Книги, которые я люблю	Викторина, обзор книг
27	Музыка в моей жизни	Слушание, обсуждение

№	Тема занятия	Форма проведения
28	Театр — волшебный мир	Просмотр, обсуждение пьесы
29	Мастерство и ремесла	Мастер-класс, практикум
30	Памятные даты России	Беседа, просмотр видео
31	Мои достижения и успехи	Выставка, защита портфеля
32	Я — гражданин России	Беседа, обсуждение
33	Мой вклад в общее дело	Групповой проект
34	Итоговое занятие: «Мой мир в моих руках»	Презентация проектов, рефлексия

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Переход в среднюю школу. Адаптация	Беседа, психологический тренинг
2	Я в изменяющемся мире	Дискуссия, письменная рефлексия
3	Моя личность и мои качества	Тест, анкетирование, рефлексия
4	Самопознание и саморазвитие	Тренинг личностного роста
5	Мотивация к учебе	Деловая игра, обсуждение
6	Учебные навыки и техники	Практикум, мастер-класс
7	Мое место в коллективе	Социометрия, групповое обсуждение
8	Эффективное общение	Ролевая игра, тренинг
9	Конфликты в школе и как их решать	Медиация, кейс-метод

№	Тема занятия	Форма проведения
10	Буллинг и его последствия	Беседа, просмотр фильма
11	Мой класс — моя команда	Командообразование, игра
12	Лидерство и ответственность	Тренинг, групповой проект
13	Мои интересы и хобби	Презентация интересов, выставка
14	Спорт и физкультура в жизни	Спортивно-оздоровительный час
15	Правильное питание подростка	Конкурс, мастер-класс
16	Вредные привычки и борьба с ними	Лекция, дискуссия
17	Моя безопасность дома и на улице	Практическое занятие
18	Информационная безопасность	Беседа, работа в группах

№	Тема занятия	Форма проведения
19	Мир профессий. Знакомство	Экскурсия, интервью
20	Профессии будущего	Презентация, обсуждение
21	Образование — путь к успеху	Беседа, просмотр видео
22	Окружающий мир и природа	Экскурсия, наблюдение
23	Человек и природа: взаимодействие	Исследовательский проект
24	Экологические проблемы	Дискуссия, творческий проект
25	Путешествия и открытия	Виртуальная экскурсия
26	Культура разных народов	Презентация, обсуждение
27	Искусство и творчество	Мастер-класс, выставка работ

№	Тема занятия	Форма проведения
28	Литература и чтение	Читательская конференция
29	Музыка разных эпох	Слушание, обсуждение
30	Герои и примеры для подражания	Беседа, презентация
31	Мои мечты и планы	Письменная работа, обсуждение
32	Ценности и смысл жизни	Философский диспут
33	Мой портрет. Рефлексия года	Анкетирование, рефлексия
34	Итоговое занятие: «Я и мой мир»	Защита проектов, презентация

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Шестой класс — новый этап моей жизни	Беседа, анкетирование
2	Кто я сейчас? Портрет подростка	Психологический тест, рефлексия
3	Мои сильные и слабые стороны	Тренинг самопознания
4	Развитие уверенности в себе	Тренинг, ролевая игра
5	Я развиваюсь — мой путь совершенствования	Планирование, проектная работа
6	Учебная мотивация и цели	Деловая игра, обсуждение
7	Техники эффективного обучения	Практикум, мастер-класс
8	Мое время. Тайм-менеджмент	Практикум, рабочие листы
9	Общение со сверстниками	Тренинг общения, игры

№	Тема занятия	Форма проведения
10	Дружба в подростковом возрасте	Дискуссия, обсуждение
11	Отношения в семье	Беседа, анализ ситуаций
12	Мои роли: сын/дочь, брат/сестра, ученик	Групповое обсуждение
13	Физические изменения в подростковом возрасте	Беседа, информационный час
14	Здоровье и гигиена подростка	Практическое занятие
15	Подросток и спорт	Спортивно-оздоровительный час
16	Питание, вес и образ тела	Беседа, практикум
17	Эмоциональное здоровье подростка	Тренинг эмоций, рефлексия
18	Стресс и способы его преодоления	Тренинг антистресса, медитация

№	Тема занятия	Форма проведения
19	Мир увлечений и досуга	Презентация хобби, выставка
20	Творческие возможности	Мастер-класс, творческая работа
21	Спектр будущих профессий	Экскурсия, интервью
22	Личные качества и профессии	Деловая игра, обсуждение
23	Образование и карьера	Беседа, просмотр видео
24	Моя Россия. Регионы и народы	Виртуальная экскурсия
25	История моей малой Родины	Презентация, проект
26	Культурное наследие	Посещение музея, экскурсия
27	Искусство в жизни человека	Мастер-класс, выставка

№	Тема занятия	Форма проведения
28	Литература и я	Литературная встреча
29	Кинематография и телевидение	Просмотр и обсуждение
30	Герои и идеалы подростков	Беседа, дискуссия
31	Мои ценности и убеждения	Письменная работа, обсуждение
32	Социальная ответственность	Волонтерская акция
33	Я в социуме. Рефлексия	Анкетирование, беседа
34	Итоговое занятие: «Моя роль в мире»	Защита проектов, презентация

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Седьмой класс — время перемен	Беседа, психологический тренинг
2	Самоидентификация подростка	Тест самооценки, рефлексия
3	Черты характера и темперамент	Психологическое тестирование
4	Развитие лидерских качеств	Тренинг лидерства
5	Целеполагание и планирование	Практикум по целеполаганию
6	Мотивация и успех в учебе	Деловая игра, обсуждение
7	Учебные стратегии и методы	Практикум, мастер-класс
8	Я учусь учиться. Навыки саморегуляции	Тренинг, практикум
9	Общение и конфликты	Медиация, ролевая игра

№	Тема занятия	Форма проведения
10	Агрессия и способы её контроля	Тренинг управления эмоциями
11	Интернет и социальные сети	Беседа, дискуссия
12	Киберугрозы и безопасность	Информационный час
13	Мое тело — мой храм	Беседа, практикум
14	Физическая активность и здоровье	Спортивно-оздоровительный час
15	Питание: вредное и полезное	Викторина, практикум
16	Вредные привычки и профилактика	Лекция, дискуссия
17	Психическое здоровье подростка	Тренинг, беседа
18	Сон, отдых и восстановление	Практический час

№	Тема занятия	Форма проведения
19	Первичная профориентация	Экскурсия, интервью
20	Мои способности и интересы	Тест способностей, анализ
21	Образовательные пути и возможности	Презентация, обсуждение
22	Мир экономики и финансов	Беседа, деловая игра
23	Мир глазами географии	Виртуальная экскурсия
24	Природные явления и климат	Исследовательский проект
25	Человек и экология	Практический проект, акция
26	Культурное многообразие мира	Презентация культур
27		

продолжы

Вот продолжение тематического планирования для 7–11 классов.

7 КЛАСС (продолжение)

№	Тема занятия	Форма проведения
27	Искусство и творческое самовыражение	Мастер-класс, выставка
28	Литература подростков	Литературная встреча, обсуждение
29	Кино и медиаграмотность	Просмотр и анализ фильма
30	Исторические личности и их влияние	Беседа, презентация
31	Мои принципы и ценности	Дискуссия, письменная работа
32	Гражданское самосознание	Беседа, обсуждение

№	Тема занятия	Форма проведения
33	Я — подросток, я — человек, я — гражданин	Анкетирование, рефлексия
34	Итоговое занятие: «7 класс — мой путь развития»	Защита проектов, презентация

8 КЛАСС

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Восьмой класс. Новые вызовы и возможности	Беседа, психологический тренинг
2	Личность в подростковом возрасте	Тест личности, анализ
3	Самоактуализация и развитие потенциала	Тренинг саморазвития
4	Ответственность и независимость	Дискуссия, кейс-метод

№	Тема занятия	Форма проведения
5	Целеполагание на год	Практикум по планированию
6	Академическая успешность	Деловая игра, анализ
7	Методология обучения	Практикум, мастер-класс
8	Критическое мышление	Тренинг, работа в группах
9	Межличностные отношения	Тренинг коммуникации
10	Романтические отношения в подростковом возрасте	Беседа, дискуссия
11	Отношения в семье: проблемы и решения	Медиация, групповое обсуждение
12	Границы и уважение в отношениях	Тренинг, ролевая игра
13	Мое физическое развитие	Беседа, информационный час

№	Тема занятия	Форма проведения
14	Половое воспитание и отношения	Лекция, дискуссия
15	Спорт и физическое совершенствование	Спортивно-оздоровительный час
16	Питание и здоровье подростков	Практикум, мастер-класс
17	Психическое здоровье и стрессоустойчивость	Тренинг антистресса
18	Вредные привычки и зависимости	Беседа, просмотр фильма
19	Профориентация: мой путь в профессию	Экскурсия, интервью
20	Личные интересы и профессиональные склонности	Тест способностей, анализ
21	Образование и карьерные пути	Презентация, обсуждение
22	Финансовая грамотность подростка	Деловая игра, практикум

№	Тема занятия	Форма проведения
23	Экономика и мой выбор	Беседа, анализ
24	География мира и путешествия	Виртуальная экскурсия
25	Природные ресурсы и устойчивость	Исследовательский проект
26	Глобальные проблемы человечества	Дискуссия, презентация
27	Культурное богатство мира	Презентация культур, выставка
28	Искусство как способ выражения	Творческая работа, мастер-класс
29	Литература и философия жизни	Литературная дискуссия
30	Кино и современное искусство	Просмотр и анализ
31	Великие личности истории	Презентация, беседа

№	Тема занятия	Форма проведения
32	Мои убеждения и мировоззрение	Философский диспут
33	Социальная ответственность и волонтерство	Волонтерская акция
34	Итоговое занятие: «Мой мир в 8 классе»	Защита проектов, презентация

9 КЛАСС

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Девятый класс — выбор будущего	Беседа, анкетирование
2	Я в переходном возрасте	Психологический тест, анализ
3	Становление личности	Тренинг самопознания

№	Тема занятия	Форма проведения
4	Принятие себя и других	Тренинг толерантности
5	Цели на ближайшее будущее	Практикум по планированию
6	ОГЭ и мотивация	Беседа, обсуждение
7	Стратегии подготовки к экзаменам	Практикум, мастер-класс
8	Управление стрессом в период экзаменов	Тренинг антистресса
9	Общение в сложных ситуациях	Тренинг коммуникации
10	Конфликты и их разрешение	Медиация, кейс-метод
11	Моя роль в обществе сверстников	Групповое обсуждение
12	Взрослость: что это значит?	Беседа, дискуссия

№	Тема занятия	Форма проведения
13	Физическое развитие и зрелость	Беседа, информационный час
14	Сексуальное здоровье и ответственность	Лекция, дискуссия
15	Спорт и выбор здорового образа жизни	Спортивно-оздоровительный час
16	Правильное питание и образ жизни	Практикум, мастер-класс
17	Психическое здоровье и благополучие	Тренинг, медитация
18	Зависимости и профилактика	Просмотр фильма, дискуссия
19	Профессиональный выбор	Экскурсия, интервью
20	Мой путь после 9 класса	Презентация вариантов
21	Образовательные учреждения и возможности	Беседа, презентация

№	Тема занятия	Форма проведения
22	Финансовое планирование будущего	Деловая игра, практикум
23	Правовая грамотность подростка	Беседа, анализ ситуаций
24	Мир в глобальном масштабе	Виртуальная экскурсия
25	Экологический кризис и мой вклад	Исследовательский проект
26	Культура и искусство как отражение мира	Посещение музея, выставки
27	Искусство и творчество в жизни	Творческая работа, мастер-класс
28	Литература о взрослении	Литературная встреча
29	Кинематография и социальные проблемы	Просмотр и анализ фильма
30	Герои и примеры для подражания	Беседа, презентация

№	Тема занятия	Форма проведения
31	Мой выбор, моя ответственность	Дискуссия, письменная работа
32	Гражданское участие и волонтерство	Волонтерская акция
33	Я перед лицом будущего	Анкетирование, рефлексия
34	Итоговое занятие: «Мой путь в 9 классе»	Защита проектов, презентация

10 КЛАСС

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Десятый класс — новая ступень взрослости	Беседа, психологический тренинг
2	Старшеклассник в современном мире	Анкетирование, анализ

№	Тема занятия	Форма проведения
3	Самоопределение и идентичность	Тест, рефлексия
4	Лидерство и влияние	Тренинг лидерства
5	Постановка долгосрочных целей	Практикум по целеполаганию
6	Учебная мотивация в старших классах	Деловая игра, обсуждение
7	Интеллектуальное развитие и критическое мышление	Практикум, тренинг
8	Самодисциплина и организованность	Практикум по тайм-менеджменту
9	Романтические отношения старшеклассников	Беседа, дискуссия
10	Отношения в семье на этапе взросления	Групповое обсуждение
11	Забота о близких и семейные роли	Практическое занятие

№	Тема занятия	Форма проведения
12	Социальная адаптация в обществе	Тренинг социализации
13	Физическое здоровье и зрелость	Беседа, практикум
14	Половое воспитание и ответственность	Лекция, дискуссия
15	Спорт как стиль жизни	Спортивно-оздоровительный час
16	Питание, вес и образ тела	Практикум, мастер-класс
17	Психическое здоровье старшеклассника	Тренинг, консультация
18	Профилактика зависимостей	Лекция, дискуссия
19	Профессиональный выбор и самоопределение	Экскурсия, интервью
20	Образовательные пути в высшей школе	Презентация вузов

№	Тема занятия	Форма проведения
21	Мой профессиональный профиль	Тест способностей, анализ
22	Экономика и финансовое планирование	Деловая игра, практикум
23	Законы и права молодежи	Беседа, анализ
24	Геополитика и современный мир	Виртуальная экскурсия
25	Экология и устойчивое развитие	Проектная работа
26	Культурное разнообразие мира	Презентация, выставка
27	Искусство как форма познания	Посещение выставки, мастер-класс
28	Литература и философия	Литературная дискуссия
29	Современное кино и медиаграмотность	Просмотр и анализ

№	Тема занятия	Форма проведения
30	Исторические процессы и их влияние	Беседа, презентация
31	Мои ценности и мировоззрение	Философский диспут
32	Общественное участие и активизм	Волонтерская акция
33	Подготовка к взрослой жизни	Беседа, планирование
34	Итоговое занятие: «Мой выбор, мой путь»	Защита проектов, презентация

11 КЛАСС

№	Тема занятия	Форма проведения
1	Одиннадцатый класс — последний год школы	Беседа, рефлексия

№	Тема занятия	Форма проведения
2	Личностное развитие и зрелость	Психологический тест, анализ
3	Самоактуализация перед взрослой жизнью	Тренинг саморазвития
4	Лидерство в последний год школы	Тренинг, практикум
5	Цели на выпускной год	Практикум по планированию
6	ЕГЭ и жизненные стратегии	Беседа, обсуждение
7	Стратегии успешной подготовки к экзаменам	Практикум, мастер-класс
8	Управление стрессом перед поступлением	Тренинг антистресса, медитация
9	Глубокие отношения и ответственность	Дискуссия, тренинг
10	Семья на этапе взросления	Беседа, групповое обсуждение

№	Тема занятия	Форма проведения
11	Взросление и независимость	Практическое занятие
12	Социальная зрелость и гражданственность	Беседа, дискуссия
13	Физическое здоровье взрослого человека	Практикум, консультация
14	Репродуктивное здоровье и ответственность	Лекция, беседа
15	Выбор здорового образа жизни	Спортивно-оздоровительный час
16	Питание, вес и долголетие	Практикум