

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 4»  
Арсеньевского городского округа



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОБУСОШ №4

О.С. Коханова

30.08.2023 г.

Рабочая программа по  
коррекции и развитию эмоционально-волевой и  
личностной сферы  
(Приказ 1599, Вариант 1)

Потапова Е.А., педагог-  
психолог *Е.А.*

Петренко Е.В., заместитель  
директора по УВР *Е.В.*

г. Арсеньев  
2023 год

## Планируемые результаты

- снижение психоэмоционального напряжения, коррекция тревожности и агрессии;
- коррекция настроения и негативных черт характера;
- формирование навыков саморегуляции и самоконтроля;
- развитие системы самосознания и самооценки, рефлексивных способностей, формирование адекватного отношения к себе и другим;
- формирование позитивного отношения к своему «Я», адекватной самооценки и повышение уверенности в себе;
- формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, развитие способности к эмпатии, сопереживанию;

№	Название раздела	Тема занятия
1	<p><b>Я имею право чувствовать и выражать свои чувства</b> Цель: способствовать рефлексии эмоциональных состояний, адекватному самовыражению</p>	<p>Чувства бывают разные. Мои чувства. Чувства вокруг Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться?</p>
2	<p><b>Уверенность в себе и ее роль в развитии человека</b>  Цель: помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека</p>	<p>Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе. Источники уверенности в себе (продолжение) Какого человека мы называем неуверенным в себе? Какого человека мы называем неуверенным в себе? (продолжение) Я становлюсь увереннее. Уверенность и самоуважение. Уверенность и самоуважение (продолжение). Уверенность и уважение к другим. Уверенность и уважение к другим (продолжение). Уверенность в себе и милосердие. Уверенность в себе и непокорность. Уверенность в себе.</p>
3	<p><b>Эмоциональная сфера человека</b> Цель: способствовать формированию у подростков эмоционального интеллекта</p>	<p>Эмоциональный интеллект Эмоциональный интеллект(продолжение) Закон «прорыва плотины» Закон «прорыва плотины»(продолжение) Закон скрытности Закон обратного эффекта Передача чувств «по наследству». Взаимосвязь разума и эмоций.</p>

		<p>Взаимосвязь разума и эмоций(продолжение)          Психические состояния и их свойства.          Психические состояния и их свойства          Напряжение          Приемы внешней регуляции состояния          Приемы внутренней регуляции состояния          Приемы внутренней регуляции состояния          Приемы саморегуляции          Приемы саморегуляции          Настроение.          Настроение и активность человека.          Возрастной аспект состояний: состояния подростков.          Возрастной аспект состояний: состояния подростков(продолжение)          Стресс.          Стресс и стрессоустойчивость</p>
4	<p><b>Мотивационная сфера личности</b>          Цель: способствовать осознанию подростками своей мотивационной сферы</p>	<p>Мотив и его функции.          «Борьба мотивов»          Привычки, интересы, мечты.          Привычки, интересы, мечты          Мотивация помощи и альтруистического поведения.          Итоговое занятие.</p>

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Тема урока	К-во часов
	По плану	Фактически		
<b>Я имею право чувствовать и выражать свои чувства</b>				
1	02.09		Чувства бывают разные.	1
2	09.09		Стыдно ли бояться?	1
3	16.09		Мои чувства.	1
4	23.09		Чувства вокруг	1
5	30.09		Имею ли я право сердиться и обижаться?	1
<b>Уверенность в себе и ее роль в развитии человека</b>				
6	07.10		Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1
7	14.10		Источники уверенности в себе.	1
8	21.10		Источники уверенности в себе (продолжение)	1
9	28.10		Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1
10	04.11		Какого человека мы называем неуверенным в себе? (продолжение)	1
11	11.11		Я становлюсь увереннее.	1
12	18.11		Уверенность и самоуважение.	1
13	25.11		Уверенность и самоуважение (продолжение).	
14	02.12		Уверенность и уважение к другим.	1
15	09.12		Уверенность в себе и милосердие.	1
16	16.12		Уверенность в себе и непокорность.	1

17	23.12		Уверенность в себе.	1
<b>Эмоциональная сфера человека</b>				
18	30.12		Эмоциональный интеллект	1
19	13.01		Эмоциональный интеллект(продолжение)	1
20	20.01		Закон «прорыва плотины»	1
21	27.01		Закон «прорыва плотины»(продолжение)	1
22	03.02		Закон скрытности	1
23	10.02		Закон обратного эффекта	1
24	17.02		Передача чувств «по наследству».	1
<b>25</b>	<b>24.02</b>		Взаимосвязь разума и эмоций.	
26	03.03		Взаимосвязь разума и эмоций(продолжение)	1
27	10.03		Эмоциональный интеллект	1
28	17.03		Эмоциональный интеллект(продолжение) Закон «прорыва плотины»	1
29	24.03		Психические состояния и их свойства.	1
30	31.03		Психические состояния и их свойства	1
31	07.04		Напряжение	1
32	14.04		Приемы внешней регуляции состояния	1
33	21.04		Приемы внутренней регуляции состояния	1
34	28.04		Приемы внутренней регуляции состояния	1
35	05.05		Приемы саморегуляции	1
36	12.05		Приемы саморегуляции	1
<b>Мотивационная сфера личности</b>				
37	26.05		Мотив и его функции.	1
38	30.05		«Борьба мотивов» . Подведение итогов	1