**218-215-069 Приложение**

**Содержание программы**

**5 класс - 36 часов**

**Введение 1 час**

Презентация курса. Осознание особенностей обучения в пенитенциарной школе.

**Как человек учится 10 часов**

Зачем нужно учиться? Познавательные процессы. Игры и упражнения, способствующие развитию познавательных процессов.

**Как познать себя и измениться 10 часов**

Как человек взаимодействует с окружающим миром.

Характер. Привычки. Курение и его вред. Вред употребления алкоголя. Употребление наркотиков - путь в тупик. Как справиться с плохим настроением. Как относиться к жизненным трудностям. Самооценка.

**Человек среди людей 4 часа**

Одиночество и общение. Общение в коллективе. Что такое этикет. Некоторые правила этикета.

**Как жить в семье 9 часов**

Зачем нужна семья. Как создаётся семья. Женщина и мужчина в семье. Общение супругов между собой. Воспитание детей. Общение супругов со своими родителями и родителями друг друга. Ссоры и размолвки в семье и их разрешение.

**Как избежать туберкулёза и СПИДа 2 часа**

Туберкулёз, его симптомы и профилактика. Венерические заболевания и СПИД, их профилактика.

**6 класс - 36часов**

**Введение 1 час**

Презентация курса. Диагностика мотивации учения. Тренировка навыков работы в группе.

**Учись учиться 8 часов**

Некоторые приёмы улучшения внимания, памяти, мышления, воображения.

**Что ты знаешь о себе? 7 часов**

Добрый или злой. Скупой или щедрый. Общительный или замкнутый. Весёлый или угрюмый. Вдумчивый или спонтанный. Вспыльчивый или сдержанный. Что мне помогает и что мешает в моём характере. Как можно измениться. Самооценка.

**Семейные отношения 6 часов**

Роль семьи в жизни человека. Ответственность супругов. Ваши ожидания от брака. Как сделать стабильным материальное состояние семьи. Духовная основа семьи. Дети в семье. Ответственность родителей. Дружная семья. Неблагополучная семья.

**Общение 7 часов**

Определение общения. Виды общения. Культура общения. Умеете ли вы слушать собеседника. Как разговаривать с людьми, чтобы вас понимали. Приятно ли с вами общаться.

**Выбор профессии 5 часов**

Художник или мыслитель? (Межполушарная асимметрия). Склонности и предпочтения. Профессия, которую я выбираю.

**Как сохранить здоровье 2 часа**

Вредные привычки подрывают здоровье. Профилактика болезней. Иммунитет.

**7 класс - 36 часов**

**Введение 1 час**

Цели и задачи курса. Диагностика мотивации учения. Тренировка навыков работы в группе.

**Готовимся к учебному году 5 часов**

Внимание. Память. Воображение. Мышление. Речь.

**Язык внешности и привычек 5 часов**

Характер и внешность. Характер и почерк. Характер и любимый цвет. Одежда расскажет о характере.

**Правила эффективного взаимодействия 8 часов**

Что такое общение. Речевое и неречевое общение. Деловой разговор. Переговоры. Спор и дискуссия. Умение договариваться. Как реагировать на угрозу. Общение в коллективе.

**Семейные ценности 10 часов**

Мужчина и женщина. Как мужчина и женщина находят друг друга. Любовь и влюблённость. Ухаживание и предложение. Создание семьи. Совместимость характеров и интересов супругов. Несколько эффективных способов помириться с женщиной. Рождение и воспитание детей. Особенности воспитания мальчиков и девочек. Бабушки и дедушки в семье.

**Человек и его здоровье 7 часов**

Здоровье и болезнь. Простудные заболевания. Профилактика и лечение. Инфекционные заболевания. Мужские болезни. Туберкулёз. Венерические заболевания и СПИД. Здоровый образ жизни. Суицид, профилактика суицида. Приборы контроля за здоровьем.

**8 класс - 36 часов**

**Введение 1 час**

Цели и задачи курса. Диагностика мотивации учения.

**Познавательные процессы 6 часов**

Упражнения на развитие внимания. Приёмы эффективного запоминания и припоминания. Запоминание формул и правил. Заучивание стихотворного текста. Толкование поговорок и пословиц, разгадывание загадок. Упражнения на развитие воображения.

**Узнай о себе больше 10 часов**

Твоё имя. Твой характер. Каналы приёма и переработки информации. Самооценка. Твои ценности. Твои достоинства и недостатки. Как превратить недостатки в достоинства. Твоё отношение к своему здоровью. Вредные привычки. Ты глазами других.

**Общение в семье 9 часов**

Виды семейных союзов. Семейные роли. Дети в семье. Стили семейного воспитания. Борьба за лидерство в семье. Доверие и недоверие. Ревность. Измена. Как пережить развод. Семейное законодательство. Брачный договор.

**Общение в коллективе 10 часов**

Общение и общительность. Как мы понимаем других людей. Лидер и манипулятор. Умение убеждать. Умение критиковать и принимать критику. Умение спорить без ссоры. Умение вести диалог и договариваться. Такт и чувство меры. Умение отказывать. Как развивать организаторские способности.

**9 класс- 36часов**

**Введение 1 час**

Цели и задачи курса. Психология как наука о душе, сознании, поведении и др. Основные психологические понятия, проявления психики, психология научная и житейская

**Психология и предмет её изучения 9 часов**

Личность. Характер. Акцентуации характера. Темперамент. Самосознание. «Я-концепция». Самоотношение. Самооценка.

**Эмоциональный мир человека 8 часов**

Как психика взаимодействует с окружающим миром. Накопление и разрядка напряжения. Контроль эмоций. Приемы психорегуляции: способы разрядки напряжения с пользой. Психологическое каратэ и айкидо. Аутотренинг.

**Психология межличностных отношений 13 часов**

Понятие о межличностных отношениях. Основные механизмы познания другого человека – идентификация и рефлексия. Виды общения. Стадии общения. Структура и средства общения. Позиции в общении. Стили общения. Манипулирование. Конфликт, его вред и польза. Как избегать конфликтов в общении с окружающими.

**Психологические проблемы и здоровье 5 часов**

Психосоматические заболевания. Нервные заболевания. Психические заболевания. Как справиться с вредной привычкой. Алкоголизм и наркомания.

**10 класс - 36часов**

**Введение 1 час**

Цели и задачи курса. Диагностика мотивации учения. Тренировка навыков работы в группе.

**Психология как наука. Отрасли психологии 2 часа**

Психология как наука сегодня. Анализ основных психологических школ и направлений в зарубежной и отечественной психологии.

**Личность 6 часов**

Понятие «личность» в психологии.Гуманистическая теория личности (А.Маслоу). Индивидуальная теория Адлера. Психоанализ (З.Фрейд). Этапы формирования личности. Нравственные качества личности. Необходимость и ответственность

**Мир эмоций и чувств 9 часов**  
Понятие о чувствах и эмоциях. Их отличия. Эмоции в жизни человека. Мозг и эмоции. Эмоции и развитие личности. Эмоции и болезни. Контроль эмоций. Наши чувства. Разрушительная сила зависти. Обида. Страх. Гнев. Агрессивность.

**Психология общения 8 часов**

Определение и функции общения. Что такое эффективное общение. Каналы восприятия и переработки информации. Речевые средства общения. Активное слушание. Принципы присоединения и отражения. Секреты убеждения. Невербальные средства общения.

**Психология конфликта 8 часов**

Определение и виды конфликтов. Структура конфликта. Стадии развития конфликта. Характеристика типов поведения человека в конфликте. Система управления конфликтом. Внутренний конфликт. Депрессия. Суицид. Психологическая консультация. Телефон доверия.

**Человек и его здоровье 2 часа**

Что ты знаешь о состоянии своего здоровья? Что помогает и что мешает сохранять и укреплять здоровье. Обзор новинок в медицине.

**11 класс- 36часов**

**Введение 1 час**

Цели и задачи курса. Тренировка навыков работы в группе.

**Человек и общество 12 часов**

Что такое социум. Социализация личности. Социальные установки и поведение человека. Адаптация личности. Адекватная и неадекватная адаптация. Психопатическая личность. Роль мужчины в обществе. Роль женщины в обществе. Феминизм.

**Психология семейных отношений 18 часов**

Взаимоотношения мужчины и женщины. Влюблённость и любовь. Ухаживание и предложение. Создание семьи. Функции семьи. Типы семей. Семейные роли и ответственность супругов. Рождение ребёнка. Права ребёнка в семье. Гармоничная и негармоничная семья. Стили семейного воспитания. Конфликты в семье и их разрешение.

**Психологические аспекты выбора профессии 5 часов**

Склонности и профессиональная направленность. Особенности трудовой деятельности в системах: человек-человек, человек-природа, человек-машина.

**12 класс- 36часов**

**Введение 1 час**

Презентация курса. Потребность человека в самоактуализации, самореализации. Самоопределение.

**Социальное самоопределение 11 часов**

Понятие социальной группы. Классификация малых групп. Группы формальные и неформальные. Референтная группа. Роль процесса социализации в развитии личности. Коллектив. Этапы формирования коллектива. Распределение ролей в коллективе. Кто может стать лидером. Руководитель и лидер. Психологические качества лидера.   
Групповые нормы. Конформизм. Факторы, влияющие на уровень конформности.  
 Почему не всегда удается сказать «нет»? Право на отказ. Приемы противостояния давлению. Психологическая самозащита. Оружие самообороны и правовые основы его применения. Манеры поведения против обмана, шантажа, рэкета. Поведение при взаимодействии с органами правопорядка.

**Психология семейных отношений 10 часов**  
  
Биологические и психологические различия мужчин и женщин. Дружба.Любовь и влюбленность. Ухаживание. Подарки. Различия между браком и периодом ухаживания. Функции семьи. Виды семейных союзов. Семейные роли**.** Факторы, влияющие на стабильность брака.  
Воспитание детей в семье. Детско-родительские отношения. Стили семейного воспитания.

Размолвки. Преодоление конфликтов в семье. Ревность. Измена. Развод.

**Профессиональное самоопределение 13 часов**  
  
Образование и специальность. Свобода и ответственность**.** Закон.   
Деловое общение. Функции деловой беседы. Конструктивная критика. Как воспринимать критику.  
Психологические особенности публичного выступления. Неречевые компоненты публичного выступления. Контроль эмоций.   
Подготовка к рыночным социальным отношениям***.*** Работа и безработица.   
Мир профессий и твое место в нем. Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения. Эмоциональное отношение к выбору профессии. Умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей и личностные качества при выборе профессии.   
Профессиональная самопрезентация.   
Экзамен. Психологические аспекты.

**Итоговое занятие 1 час**

Рефлексия курса. Жизнь на свободе. Свобода и ответственность.