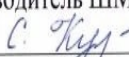


**«Центр образования имени полного кавалера ордена Славы Александра  
Ивановича Муниципальное казённое образовательное учреждение  
Раскопенского» п.Кульдур**

|                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| РАССМОТРЕНО<br>Руководитель ШМО<br><br>Кулюшина С.А.<br>Протокол № 1<br>от 26.08.2026 г. | СОГЛАСОВАНО<br>Зам.директора по УР<br><br>Рогачева Т.С.<br>от 27.08.2026 г. | УТВЕРЖДЕНО<br>И.о. директора<br><br>Пономаренко М.А.<br>Приказ № 42 - ОД<br>от 28.08.2026 г. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**“Мир вокруг меня” для учащихся 9 класса  
(общекультурное направление)**

**Учитель: Лопатина О.В.**

**п.Кульдур 2026г.**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности по психологии для 9 класса разработана на основе требований ФГОС, основной образовательной программы среднего общего образования.

Общее количество часов на реализацию данной программы – 34 часа (1 час в неделю).

Программа «Мир вокруг меня»

разработана и составлена на основе: программы Н. Е. Водопьяновой, Н. В. Лик, Г. В. Андреевой «Самопознание школьников»; Леви В. «Искусство быть собой».

Кроме этого применялся материал: социально-психологического тренинга «Познавая себя и окружающих» М. Ю. Савченко; тренинга «Уверенности в себе» А. М. Прихожан, методического пособия по программе формирования навыков здорового образа жизни у подростков «Все, что тебя касается».

## **Содержание программы**

### **9 класс (34 часа)**

#### **Модуль 1. «Основы психологии»**

**Содержание внеурочной деятельности:** Понятие общение, его виды, функции. Образ Я для окружающих. Представление о классе.

#### **Модуль 2. «Я-концепция и ее ключевые компоненты»**

**Содержание внеурочной деятельности:** Я-концепция. Самоуважение. Самоконтроль. Уверенность в себе. Самооценка и ее виды.

#### **Модуль 3. «Эмоциональный мир человека»**

**Содержание внеурочной деятельности:** Психические состояния. Напряжение и реакция на него. Внешняя регуляция состояний, убеждение и внушение. Саморегуляция, аутотренинг. Настроение и его связь с поведением. Стресс и дистресс. Выработка стрессоустойчивости.

#### **Модуль 4. «Психофизиологические особенности человека и работа с информацией»**

**Содержание внеурочной деятельности:** Способы восприятия и переработки информации. Ведущее полушарие. Темп работы. Работа с информацией в стрессовых ситуациях.

#### **Модуль 5. «Мотивационная сфера личности»**

#### **Содержание внеурочной деятельности:**

Мотив и его функции, борьба мотивов. Привычки, интересы, мечты. Мотивация помощи. Характер и темперамент.

#### **Формы организации:**

лекция, беседа, работа в парах и группах, индивидуальная работа, тренинг.

#### **Виды деятельности:**

познавательная, игровая, творческая.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В результате реализации рабочей программы внеурочной деятельности «Мир вокруг меня», при получении основного общего образования у обучающихся будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

### **Личностные результаты обучения:**

- 1) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 2) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 3) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 4) навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 5) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 6) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества;
- 7) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов, а также отношение к профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

### **Метапредметные результаты**

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

**Предметные результаты** освоения программы ориентированы на обеспечение преимущественно общеобразовательной и общекультурной подготовки. Они должны обеспечивать возможность дальнейшего успешного профессионального обучения или профессиональной деятельности.

### Тематическое планирование

#### 9 класс (34 часа)

| №<br>п<br>/<br>п | Тема раздела                                                             | Кол-во<br>часов | Электронные<br>(цифровые)<br>учебно-<br>методические<br>материалы                                                                                                                                     | Формы<br>учета<br>рабочей<br>программы<br>воспитания                            | Формы<br>проведения<br>занятий                     | Дата<br>проведения |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------|
|                  | <b>Модуль 1.<br/>Психология<br/>общения</b>                              | <b>1</b>        |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                 |                                                    |                    |
|                  | Основы<br>психологии<br>общения                                          | 1               | <a href="http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/f9d33e7b-f8f6-406d-b28a-b0d62d8ebca0/16.html">http://files.school-collection.edu.ru/dlrstore/f9d33e7b-f8f6-406d-b28a-b0d62d8ebca0/16.html</a> | Включение<br>игровых<br>процедур<br>для<br>поддержания<br>мотивации<br>обучения | Лекция,<br>беседа,<br>игра                         |                    |
|                  | <b>Модуль 2.<br/>Эмоциональная сфера<br/>человека</b>                    | <b>10</b>       |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                 |                                                    |                    |
|                  | Эмоциональный<br>интеллект человека в<br>различных<br>возрастных группах | 4               | <a href="https://blog.agrokebety.com/chto-takoye-emotsionalnyy-intellekt">https://blog.agrokebety.com/chto-takoye-emotsionalnyy-intellekt</a>                                                         | Подбор<br>тем,<br>способствующих<br>формированию<br>здорового<br>образа         | Беседа,<br>индивидуальная и<br>групповая<br>работа |                    |

|  |                                                                       |          |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                  |                                           |  |
|--|-----------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--|
|  |                                                                       |          |                                                                                                                                                                                                                           | жизни                                                                            |                                           |  |
|  | Основные законы психологии эмоций                                     | 6        | <a href="https://www.rulit.me/books/terapevticheskie-skazki-v-korrekcionnoj-rabote-s-detmi-read-485501-13.html">https://www.rulit.me/books/terapevticheskie-skazki-v-korrekcionnoj-rabote-s-detmi-read-485501-13.html</a> | Реализация восп. программы через подбор соответствующих рассказов для обсуждения | Беседа, индивидуальная и групповая работа |  |
|  | <b>Модуль 3. Социальное восприятие: как узнавать другого человека</b> | <b>8</b> |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                  |                                           |  |
|  | Как мы получаем и анализируем информацию о человеке                   | 2        | <a href="https://www.psychologies.ru/tests/test/1395/">https://www.psychologies.ru/tests/test/1395/</a>                                                                                                                   | Групповая работа, способствующая командообразованию                              | Беседа, групповая работа                  |  |
|  | Вербальная и невербальная коммуникация                                | 2        | <a href="https://studme.org/60902/psihologiya/verbalnaya_neverbalnaya_kommunikatsiya">https://studme.org/60902/psihologiya/verbalnaya_neverbalnaya_kommunikatsiya</a>                                                     | Включение игровых процедур для поддержания мотивации и обучения                  | Лекция, беседа, игра                      |  |

|  |                                                                  |   |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                             |                          |  |
|--|------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--|
|  | Личный вклад в первое впечатление                                | 4 | <a href="https://psychologos.ru/articles/view/effekt-pervogo-vpechatleniya">https://psychologos.ru/articles/view/effekt-pervogo-vpechatleniya</a>                                                               | Подбор темы, способствующий воспитанию уважительного отношения к окружающим | Беседа, тренинг          |  |
|  | <b>Модуль 4. Межличностная привлекательность: любовь, дружба</b> | 7 |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                             |                          |  |
|  | Антипатия и симпатия в человеческом обществе                     | 2 | <a href="https://psychologos.ru/articles/view/privlekatelnost">https://psychologos.ru › articles › view › privlekatelnost</a>                                                                                   | Подбор темы, способствующий воспитанию уважительного отношения к окружающим | Лекция, беседа, игра     |  |
|  | Дружба, 4 модели общения                                         | 4 | <a href="http://www.elitarium.ru/modeli-obshcheniya-partner-vnimanie-vnushenie-ponimanie-koncentraciya-">http://www.elitarium.ru/modeli-obshcheniya-partner-vnimanie-vnushenie-ponimanie-koncentraciya-</a>     | Включение игровых процедур для поддержания мотивации обучения               | Лекция, беседа, игра     |  |
|  |                                                                  |   | <a href="#">nastroy-vozdetsvie-akcent-otnosheniya-norma/</a>                                                                                                                                                    |                                                                             |                          |  |
|  | Романтические отношения и влюбленность                           | 3 | <a href="https://dzen.ru/media/apostils/-41-kakova-priroda-romanticheskoi-liubvi-5cee5b3f69086f00b040c164">https://dzen.ru/media/apostils/-41-kakova-priroda-romanticheskoi-liubvi-5cee5b3f69086f00b040c164</a> | Групповая работа, способствующая командообразованию                         | Беседа, групповая работа |  |
|  | <b>Модуль 5. Взросление и изменение отношений с родителями</b>   | 6 |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                             |                          |  |

|  |                                     |   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                             |                      |  |
|--|-------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------|--|
|  | Взросление и отношения с родителями | 5 | <a href="https://psy-diplom.ru/teoreticheskie-kursovye-sistema-socialnyh-svyazey-podrostka/vzaimootnosheniya-podrostkov-s-roditelyami/">https://psy-diplom.ru/teoreticheskie-kursovye-sistema-socialnyh-svyazey-podrostka/vzaimootnosheniya-podrostkov-s-roditelyami/</a> | Подбор темы, способствующий воспитанию уважительного отношения к окружающим | Лекция, беседа, игра |  |
|--|-------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------|--|

|              |                  |           |                                                                                                                                                                 |                                                     |                          |  |
|--------------|------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------|--|
|              | Итоговое занятие | 1         | <a href="http://al-tt.ru/wp-content/uploads/2019/08/Recommendatsii-roditelyam.pdf">http://al-tt.ru/wp-content/uploads/2019/08/Recommendatsii-roditelyam.pdf</a> | Групповая работа, способствующая командообразованию | Беседа, групповая работа |  |
| <b>Итого</b> |                  | <b>34</b> |                                                                                                                                                                 |                                                     |                          |  |

### Календарное планирование

| № п/п | Тема                                                             | Количество часов | Дата По плану | Дата по факту |
|-------|------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|---------------|
|       | <b>Модуль 1. Психология общения</b>                              | <b>1</b>         |               |               |
| 1     | Основы психологии общения                                        | 1                | 07.09         |               |
|       | <b>Модуль 2. Эмоциональная сфера человека</b>                    | <b>10</b>        |               |               |
| 2     | Эмоциональный интеллект человека в различных возрастных группах  | 1                | 14.09         |               |
| 3     | Эмоциональный интеллект у детей младшего возраста от 8 до 11 лет | 1                | 21.09         |               |

|    |                                                                                       |   |       |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------|---|-------|--|
| 4  | Эмоциональный интеллект у подростков с 12 до 16 лет                                   | 1 | 28.09 |  |
| 5  | Эмоциональный интеллект у в юношеском возрасте от 17 до 20 лет                        | 1 | 05.10 |  |
| 6  | Основные законы психологии эмоций: закон причинности эмоций                           | 1 | 12.10 |  |
| 7  | Основные законы психологии эмоций: закон валентности и активации (энергетики)         | 1 | 19.10 |  |
| 8  | Основные законы психологии эмоций: закон адаптивности эмоций                          | 1 | 09.11 |  |
| 9  | Основные законы психологии эмоций: закон динамики эмоций (накопление и спад)          | 1 | 16.11 |  |
| 10 | Основные законы психологии эмоций: закон социального конструирования и норм выражения | 1 | 23.11 |  |

|    |                                                                                                      |          |       |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--|
| 11 | Основные законы психологии эмоций: закон смешанности и амбивалентности и влияние эмоций на познание. | 1        | 30.11 |  |
|    | <b>Модуль 3. Социальное восприятие: как узнавать другого человека</b>                                | <b>8</b> |       |  |
| 12 | Как мы получаем и анализируем информацию о человеке                                                  | 1        | 07.12 |  |
| 13 | Как мы получаем и анализируем информацию о человеке                                                  | 1        | 14.12 |  |
| 14 | Вербальная и невербальная коммуникация                                                               | 1        | 21.12 |  |
| 15 | Вербальная и невербальная коммуникация                                                               | 1        | 28.12 |  |
| 16 | Личный вклад в первое впечатление: внешность и ухоженность.                                          | 1        | 11.01 |  |
| 17 | Личный вклад в первое впечатление:<br>Язык тела и мимика                                             | 1        | 18.01 |  |
| 18 | Личный вклад в первое впечатление:<br>Тон и темп речи                                                | 1        | 25.01 |  |

|    |                                                                                   |          |       |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--|
| 19 | Личный вклад в первое впечатление:<br>микросигналы доверия                        | 1        | 01.02 |  |
|    | <b>Модуль 4. Межличностная<br/>привлекательность: любовь, дружба</b>              | <b>7</b> |       |  |
| 20 | Антипатия и симпатия в<br>человеческом обществе                                   | 1        | 08.02 |  |
| 21 | Антипатия и симпатия в<br>человеческом обществе                                   | 1        | 15.02 |  |
| 22 | Дружба, 4 модели общения: уверенная<br>модель                                     | 1        | 22.02 |  |
| 23 | Дружба, 4 модели общения: озабоченная<br>модель                                   | 1        | 01.03 |  |
| 24 | Дружба, 4 модели общения:<br>отвергающая модель                                   | 1        | 15.03 |  |
| 25 | Дружба, 4 модели общения: избегающая<br>модель                                    | 1        | 29.03 |  |
| 26 | Романтические отношения и<br>влюбленность: определение<br>романтических отношений | 1        | 05.04 |  |

|    |                                                                                                   |          |       |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|--|
| 27 | Романтические отношения и влюбленность: влюблённость, ключевые признаки                           | 1        | 12.04 |  |
| 28 | Романтические отношения и влюбленность: различие между влюблённостью и романтическими отношениями | 1        | 19.04 |  |
|    | <b>Модуль 5. Взросление и изменение отношений с родителями</b>                                    | <b>6</b> |       |  |
| 29 | Взросление и отношения с родителями. Динамика отношений: в раннем детстве                         | 1        | 26.04 |  |
| 30 | Взросление и отношения с родителями. Динамика отношений: в подростковом возрасте                  | 1        | 03.05 |  |
| 31 | Взросление и отношения с родителями. Динамика отношений во взрослой жизни                         | 1        | 10.05 |  |

|    |                                                                         |   |       |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------|---|-------|--|
| 32 | Взросление и отношения с родителями.<br>Ключевые аспекты сепарации      | 1 | 17.05 |  |
| 33 | Взросление и отношения с родителями.<br>Выстраивание здоровых отношений | 1 | 24.05 |  |
| 34 | Итоговое занятие                                                        | 1 |       |  |

**Итоговый контроль может быть осуществлен в форме:**

- Творческих работ по предлагаемой тематике;
- Самостоятельно подготовленных сообщений по выбранной теме;
- Итоговой конференции.